Path
1359d

# Lebensordnung

für

# Gesunde und Kranke

nach dem Lateinischen
vom seligen Hofrath Richter in Göttingen
übersetzt und mit Zusätzen aus der
neusten medicinischen Litteratur
vermehrt.

von

**Friedrich August Weber**
Heilbronnischem Stadtarzte.

---

Heidelberg und Leipzig,
in der Pfählerischen Universitäts Buchhandlung
1786.

Bayerische
Staatsbibliothek
München

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

# Vorrede.

Die Begierde, womit die lateinische Urschrift der Richterischen Diätetik vor ihrer Erscheinung in öffentlichem Drucke, von Aerzten und Nichtärzten abge-

schrieben, und der Beyfall, womit der im Jahr 1780. erfolgte Abdruck aufgenommen wurde, rechtfertigen hinlänglich das Unternehmen der Verlagshandlung, dieselbe unter einer andern Gestalt, die dem gegenwärtigen Zustande der medicinischen Litteratur anpassender ist, nochmals ins Publikum zu bringen. Die Art und Weise, womit wir sowohl die medicoelectrische Preisschrift des Abbt **Bertholon** als auch die Vorlesungen zur gerichtlichen Arzneywissenschaft von Vater **Haller** übersetzt

setzt und umgearbeitet haben, ließ letztere vermuthen, sich nicht an einen Unfähigen zu wenden, wenn sie uns die Ausführung dieses Unternehmens übertrüge. Ob den Recensenten alles oder nichts dabey zu Dank gemacht worden, mögen diese Herrn am besten wissen, wenn sie unsre Arbeit mit der Urschrift verglichen haben. Da uns eine Unpäßlichkeit im vorigen Jahre zweifeln ließ, ob dieselbe zu bestimmter Zeit werde zu Ende zu bringen seyn, haben wir einige Abschnitte davon einem

Freund auszuarbeiten übergeben, dessen schriftstellerische Fähigkeit aus andern ohne seinen Namen im Druck erschienenen Arbeiten hinlänglich bekannt war. Trügt uns nicht eine auf Freundschaft gegründete Partheilichkeit, so hat uns derselbe in seiner Arbeit übertroffen, und wir müssen um so mehr seinen frühen Tod bedauren, welcher ihn an der Vollendung des zehnten Abschnittes hinderte. Den fünffachen Anhang unsrer Urschrift haben wir weggelassen, denn er wird durch

neuere und deutsche Werke von mehr als einem Schriftsteller entbehrlich, hätte uns auch Plaz zur Ausfüllung mancher Lücke im Werk selbst entzogen.

So viel es thunlich war, haben wir unsre Gedanken und Zusätze durch Parenthesen eingepferchet, und von dem Vortrage unsrer Urschrift abgesondert. Wo aber blos die Verschiedenheit des Genies der deutschen und lateinischen Sprache zu Abweichungen, Auslassungen und Einschiebseln Anlaß gab ist es unterblieben.

Der

# Vorrede.

Der nöthigen Kürze wegen sind wir nicht selten verpflichtet gewesen, unsre bereits in vorigen Jahren dem Druck überlassenen Schriften anzuführen, und das vorleuchtende Beyspiel vieler andern Gelehrten mag uns bey denen entschuldigen die hierunter eine maskirte Vorliebe für unsre Autorschaften vermuthen möchten.

Heilbronn, den 1. April. 1786.

Ein-

Bayerische
Staatsbibliothek
MÜNCHEN

# Einleitung.

Diätetik, das ist wissenschaftliche Kenntnis medicinischer Lebensordnung, ist keine unbestimmte Notiz von Dingen, die der Gesundheit nüzen, oder schaden, sondern eine Lehre, welche alle aus verkehrtem Gebrauch dieser Dinge stammende Hindernisse der Gesundheit nach ihrer Wirkungsart genau kennt, und zugleich Anweisung ertheilt, wie diesen Hindernissen durch eine verbesserte Art zu leben vorgebeugt oder abgeholfen wird.

Es fließt aus der eigenthümlichen Beschaffenheit unsers Körpers, daß er eine gebrechliche Maschine ist, die ihre einstweilige Fortdauer

nur den höchst weisen Gesezen ihres götlichen Schöpfers zu danken hat.

Das erste von diesen Gesezen besteht darinn, daß durch Lebensbewegung abgeriebene, folglich auf eine schädliche Weise ausgeartete, Theile, ohne Verzug weggeschaft werden. Das zweite aber ist des Inhalts, daß die an die Stelle der verlohrengehenden Theile tretenden neuen, eben die Fähigkeiten für die Besorgung der Geschäfte thierischer Haushaltung erlangen, welche die weggeschaften vor ihrer Verderbniß gehabt haben.

Folglich lassen sich die Grundsäze der Diätetik ebenfalls auf zwey Hauptpunkte bringen. Erstlich nemlich den Körper durch rechtmäßige Ausleerungen von schädlich gewordnen Dingen zu rechter Zeit zu reinigen; zweytens aber, ihm das zu ersezen, was er auf diese Weise verlieren mußte. Zu diesem Ersatz ist sowohl nöthig, daß die Menge der in den Körper gelangenden Substanzen in rechtem Verhältniße mit dem erlittenen Verluste stehe, wie auch daß die Eingeweide Fähigkeit genug haben, mit Nuzen diese Substanzen in Bestandtheile des zu nährenden Körpers umzuschaffen.

Einer

Einer der vornehmsten von jenen Ausleerungswegen ist unstreitig die von ihrem genauern Untersucher also genannte Sanctorianische Ausdünstung, wodurch der Körper im gesunden Zustande ungleich mehr, als durch irgend eine andre Art von Ausleerung zu verliehren pflegt.

Die Natur hat dafür gesorgt, daß man, ohne mühsame Berechnungen anzustellen, wissen kann, was durch diesen unmerklichen Weg sowohl, als die bekannten merklichen Wege, der Körper zu verliehren pflegt. Die Anzeiger dieses Verlustes sind Hunger und Durst, nemlich so wie sie ein durch Schwelgerei unverdorbener Mensch empfinden kann.

Die Schule nennt die gesamten Gegenstände der Diätetik etwas pedantisch: nicht natürliche Dinge, weil sie nemlich, obschon ohne dieselben ein thierischer Körper nicht leben kann, dennoch seine eigentliche Natur nicht ausmachen. Wir werden diese gewöhnlich unter sechs Classen gebrachten Dinge in folgenden Abschnitten näher kennen lernen.

Die Diätetik der Gesunden und der Kranken beschäftigt sich im Grunde mit einerlei Gegenständen, nur unterscheidet sich diese von jener durch strengere Vorschriften. Gegenwärtiges Werk ist vorzüglich der ersten von beyden gewidmet, jedoch wird es nicht an Gelegenheit fehlen, Lehren einzuschalten, welche auch die leztere betreffen.

# Erster Abschnitt.

## Von der Luft.

Das Element, worinn der Mensch zu leben bestimmt ist, und welches an Unentbehrlichkeit beynahe die Speise selbst übertrift, auch auf Gesundheit und Krankheit den wichtigsten Einfluß äussert, verdient in der Diätetik am ersten betrachtet zu werden.

Sogenannte reine Luft enthält einen dreyfachen physischen Grund von Wirksamkeit, welcher in der Flüßigkeit, Schnellkraft und Schwere der-

derselben zu suchen ist.*) Die Flüßigkeit macht sie fähig, bey dem geringsten Anstoß in Bewegung zu kommen, nicht zu gefrieren, sich durch kein auf sie drückendes Gewicht, es mag so schwer seyn, als es will, in einen festen Körper verwandeln zu lassen, und sich mit allen flüßigen Körpern, wie auch mit einigen festen



*) Nur Laien in der Physik kann es unbewußt seyn, daß man in unsern Tagen die Kenntniß dieses Körpers zu einer Vollkommenheit gebracht hat, welche man sich in der Zeit, worinn der selige Hofrath Richter schrieb, auch im Traume nicht gedenken konnte. Ein Hauptresultat dieser erweiterten Kenntniß ist, zu wissen, daß es im eigentlichen Sinne keine reine, das ist mit fremden Zusätzen unvermischte, Luft giebt, sondern daß in medicinischer Bedeutung nur diejenige Luft den Namen einer reinen verdiene, welche, ihrer mannichfaltigen Mischung ohnerachtet, am besten taugt, sich einathmen zu lassen. Weitere Ausführungen dieses Gegenstandes verbietet hier der enge Raum, und der Leser muß sich deswegen auf die Schriften eines Priestley, Cavallo, Elliot, wie auch auf das tissotische Werk von den Nerven und unsre Zusätze dazu verweisen lassen. A. d. U.

innig zu vermischen. Einige Körper lassen bekanntlich die Luft nicht durch sich durchgehen, wie zum Beyspiele dichtes massives Holz, Steine, Metalle, Papier und Leder; lauter Körper durch welche das Quecksilber, die Laugen, die Geister der Scheidekünstler, und das Wasser, ziemlich leicht hindurchzugehen vermögen.

Die Schwere der Luft haben uns die Naturforscher zu Ende des vorigen und Anfange dieses Jahrhunderts durch den Barometer messen gelehrt. Sie ist verschieden, je nachdem die Luft verdünnt oder verdichtet, über einem hohen oder niedern Körper schwebend, und ruhig oder durch Stürme, Gewitter und andre Meteore beunruhigt und verändert ist. Je näher sich die Luft an der Erde befindet, desto stärker drückt sie auf die Körper, welche sie umschwebt, und dehnt dieselben nach der Seite aus. Wenn sie am schwersten ist, treibt sie das Quecksilber in der Röhre auf dreyßig und einen halben Zoll hinauf, und wenn sie am leichtesten ist, sinkt es in derselben auf sieben und zwanzig und einen halben Zoll herunter.

Nun

Nun ist uns noch die Schnellkraft der Luft zu betrachten übrig. Sie offenbahrt sich besser in der verdichteten, als in der verdünnten Luft, und kann in der eingeschlossenen, im Fall sie nicht durch das Einschliessen zugleich verdorben und verunreinigt wird, Jahre lang in gleicher Stärke bleiben. Sie scheint ruhig im Blute, im Nahrungssafte, in der Milch und andern thierischen Feuchtigkeiten zu liegen, weil der Grad gesunder thierischer Wärme nicht groß genug ist, sie auszutreiben und in Thätigkeit zusetzen. Wird aber diese Schnellkraft der Luft durch einen großen Grad von Wärme oder Kälte, oder durch Aufbrausen, oder Fäulniß entbunden, so vereinigt sich die dadurch zum Austreten gezwungene Luft unter sich aufs neue und zeigt nun, daß ihre Schnellkraft bisher ungebraucht, aber nicht verlohren gegangen war. Solch eine elastische Luft ist dem thierischen Körper tödlich, wie der Versuch beweißt, wenn sie einem Thiere in die Adern gesprützt wird, folglich unmittelbar zum Blute gelangt. Sie verändert mit Beyhülfe der Lebenswärme das Volumen der flüßigen Theile und den Durchmesser der Gefässe so schnell und beträchtlich,

daß die ganze Maschine darüber zu Grunde gehen muß.

Die in verschiedenem Verhältnisse der Luft beytretenden andern Elemente, wie auch die Ausdünstungen aus allen drey Reichen der Natur, tragen bey, die Luft verschiedentlich zu verändern und meistens auch zu verderben. Der Beytritt des Feuers macht die Luft warm und dünne. Diese Verdünnung oder vielmehr Ausdehnung steht aber in genauem Verhältnisse mit der Dichtheit, welche zuvor statt fand, und eben so ist es mit der thätig werdenden Schnellkraft beschaffen. Je dichter die Luft vorher war, desto ausgedehnter und elastischer wird sie auch durch den Beytritt des Feuers, und umgekehrt. Daher auf sehr hohen Bergen, zum Beyspiele, ein sehr hoher Grad des Feuers die Schnellkraft der Luft nur höchst unmerklich verstärken kann.

Die Beraubung der Luft von Wärme macht sie kalt, und diese Kälte wirkt auf verschiedene Weise in einen robusten und in einen schwächlichen Körper. Jenen stärkt sie sichtbarlich in allen

allen Rücksichten, während sie diesen noch schwächer macht. Daher es auch ein Gesetz der Heilkunde ist, kränkliche Leute der Kälte nicht auszusetzen, es sey denn die Kälte nur gelind; jedoch ist das Gesetz nicht dahin auszudehnen, daß kränkliche Leute nicht auch den Beruf haben, sich nach und nach mit Vorsicht an einen größern Grad von Kälte zu gewöhnen, um dadurch nach und nach zu erstarken.

Einen durch unmerkliche Stufen gehenden Wechsel von Wärme und Kälte der Luft kann die menschliche Natur sehr wohl ertragen; nicht aber also einen schnell vor sich gehenden Absprung der Wärme zur Kälte. Denn die plötzliche Versetzung aus jener in diese unterdrückt so wohl die Sanctorianische Ausdünstung da, wo sie am reichlichsten vor sich gehen wollte, als auch verursacht sie einen schädlichen Rücktritt der durch die vorhergegangene Wärme geschärften und zur Fäulniß geschickter gemachten Ausdünstungsmaterie. Dabey kömmt noch der Grad der Kälte und ihre Dauer in Betrachtung: denn der Schaden der Kälte ist offenbahrer bey Subjecten, denen vor der an sie gedrungenen

Kälte ihre Bürde hätte leichter nicht aber schwerer gemacht werden sollen. Dergleichen Körper werden durch Ausleerungen erleichtert, und durch Zurückhaltungen beschwert, sind kaum fähig, unter guter Temperatur der Luft das überflüßige alles aus dem Körper zu schaffen, folglich unfähig, die neue ihnen zuwachsende Last zu tragen, oder haben vielleicht schon schwache Ausdünstungsorgane, die durch die Hemmung ihrer Function noch mehr beschädigt werden. Daher die Versetzungen nach innern Theilen, und die hauptsächlich an geschwächten Orten des Körpers vorfallenden Stockungen. Daher der Schaden, den erhitzte Körper, durch eine blos kühle sie anwehende Luft zu empfinden haben; daher die Gefahr, sich nach einer Erhitzung des Fächers zu bedienen, als durch welchen an den näher am Herzen liegenden Theilen die Ausdünstung unterdrückt und zu einem Andrange der Feuchtigkeiten nach dem Kopfe Gelegenheit gegeben wird. Daher endlich die Gefahr, welcher sich diejenigen aussetzen, welche nach vollbrachter Abendmahlzeit mit vollem Magen und in dünner Kleidung in die freye Luft sitzen, und dadurch um so mehr zu Versetzungen nach

dem

dem Kopfe Anlaß geben, als des Nachts im Bette die Lage des Körpers die Säfte um so reichlicher zu demselben hinleitet.

In Betrachtung dieser Dinge ist der Rath des englischen Arztes Cheyne sehr gut, welcher nemlich vorschreibt, sich durch beständiges tragen einer leichten Kleidung nach und nach an die Abwechselungen der Luft zu gewöhnen. Findet man sich, wegen Vernachläßigung dieser Vorschrift in der Kindheit, nicht im Stande, sie in reifern Jahren zu befolgen, so thut man besser, nach der Anweisung von Sydenham bey Zeiten im Herbste die Winterkleidung anzulegen, und sie nicht eher mit einer leichtern zu vertauschen, als bis der Frühling beynahe schon in den Sommer sich verlohren hat.

Bey Schwachen verwandelt sich im Winter, bey Starken im Sommer die zurückgehaltene Ausdünstungsmaterie in Harn. Da hingegen Durchfälle Schwache im Sommer, Starke im Winter zu befallen pflegen. Die Ursache davon liegt zum Theil in den Verdauungs-

ungswegen selbst, worinn die erste Verdauung geschieht, und wenn diese schwach von statten geht, nehmen die Excremente mehr den Weg nach dem After, geht sie aber stark vor sich, nach den Harnwegen.

Ganz anders wirkt die Kälte auf den Körper in Bewegung, als auf den in Ruhe; jener dünstet stark, dieser fast gar nicht aus. Daher entkräften Leibesübungen, in der Kälte vorgenommen, einen starken Körper bis zur Ohnmacht, und erwecken die ungeheuerste nur durch grobe Speisen zu stillende Eßlust. Man zieht hieraus die allgemeine Regel, daß man im Winter mehr essen und weniger trinken müsse.

Der höchste Grad von Wirkung der Kälte auf einen ruhenden thierischen Körper wird das Erfrieren genannt. *) Es ist schädlich, durch

*) Von dieser Materie haben wir im Monat Februar des zweyten Jahrganges unserer Arzneyen wider physikalische, ökonomische und diätetische Vorurtheile eine Abhandlung geliefert, die alles wissenswürdige

durch schnellen Zutritt zur Wärme, von diesem Unfall betroffene Körper heilen zu wollen, weil dieser Zutritt durch den schnellen Uebergang von Ruhe und Kälte zur Bewegung und Hize den ganzen Körperbau zernichtet. Schwache und nicht in Bewegung bleibende erfrieren leicht, aber auch starke erfrieren bey der grimmigsten Kälte, gleich jenen Holländern auf der Insel Island.

Mäßig warme Luft erleichtert das Geschäfte der Sanctorianischen Ausdünstung zu großem Vortheil der Gesundheit. Heissere Luft, als diese, ist nicht unschädlich, und ermüdet unter noch höher getriebener Ausdünstung beträchtlich. Ueberhaupt sind die thierischen Körper verhältnißmäßig im Sommer um drey Pfunde leichter, als im Winter. Diese Abnahm von körperlichem Ballast erfolgt im Anfange des Sommers nicht auf einmal, sondern, wegen Wechsel von Kälte und Hize, nur nach und nach, führt daher ein beschwerliches Gefühl

würdige davon enthält, und auf welche wir uns um deswillen hier beziehen dürfen. A. d. U.

fühl von Erhitzung und Müdigkeit mit sich, welches sich bey zunehmender Wärme der Witterung allmählig verliert. Auch die Sieste, und der Nachtschlaf im Sommer wird, durch Erleichterung der Transpiration, ein Mittel, das beschwehrliche Gefühl zu mindern, und das Gleichgewicht der flüßigen und festen Theile im Körper herzustellen.

Aus diesem allem läßt sich ermessen, in wie fern die Einwirkung kalter und warmer Luft auf den Körper angenehm oder widrig, nützlich oder schädlich sey.

Noch ist, ehe wir zu der Betrachtung des wässerichten oder feuchten Theiles der Luft übergehen, die Frage zu beantworten übrig, ob ein thierischer Körper in einer Luft leben könne deren Wärme die Wärme des Blutes übersteigt? Man darf annehmen, daß die höchste Wärme des Blutes auf vier und neunzig Reaumurische Grade zu bestimmen sey; folglich höher reiche, als die Wärme zur Mittagszeit des Aequators im Sommer. Man kann zwar nicht läugnen, daß warme Bäder,

in

in welchen wir oft eine Stunde zubringen können, den hundert und zwölften Reaumurischen Grad erreichen, und daß die Zimmer, worinn in Zuckerfabriken die Zuckerhüte getrocknet, und von den Zuckersiedern schnell aus und eingetragen werden, noch weit heisser sind. Auch hat Reaumur im westlichen Afrika an seinem Thermometer einen Grad bemerkt, welcher den von der Wärme des menschlichen Körpers um sechs überstieg. Allein dieß kann alles zur Beantwortung der vorstehenden Frage nicht dienen. Denn dieselbe geht dahin, zu wissen was für einen natürlichen, nicht künstlichen Grad von Wärme eine Luft beständig haben müsse, welche den Namen einer gesunden führen darf. Neuere Versuche haben gelehrt, daß da und dort die Wärme der Luft den vier und neunzigsten Reaumurischen Grad übertreffe, und doch geringer sey als der Grad der Wärme von Menschen, die in solch einer Luft gesund bleiben. Dieß kömmt nemlich daher, daß die Temperatur des menschlichen Körpers nicht allein in der ihn umgebenden Luft, sondern auch in der Bewegung seiner Säfte und deren Rückwirkung auf die festen

Theile ihren Grund hat, folglich die von der Luft um vieles übersteigt. Da aber die Wärme der Luft, in der wir leben und die wir athmen, der Wärme unsers Körpers nicht beytritt, so kann diese durch jene auch nicht vergrössert werden. Das Feuer hat zwar allenthalben Zugang. Aber es widerspricht seinen Bewegungsgesezen von einem kühlern Ort in einen wärmern überzugehen. Wenn man sagt, man fühle einen größern Grad von Wärme, so kömmt das daher, daß bey vermindertem Widerstande der Extremitäten die Kraft des Herzens und der Muskeln schwächer ist.

Die Würkungen übermäßiger Wärme lassen sich durch diesen Vortrag mit einem Blick übersehen. Sie zerstreut durch ihre Berührung des Körpers die Feuchtigkeiten, welche zur beständigen Benetzung der Theile desselben erfoderlich sind. Insonderheit trocknet sie die Theile aus, die ihr am vorzüglichsten ausgesetzt sind, wie Augen und Nasenlöcher: daher werden die Bewohner heisserer Climate frühzeitig blind, und durch häufiges Wandeln in Sandwüsten ihres Geruchs beraubt. So verliert

llert die Lunge, bey Bewegung des Kör- pers zur Zeit grosser Hize, die ihr nöthige Schlüpfrigkeit, indem sie eine trockne Luft ein- athmet, die wieder feucht aus ihr heraus kömmt, und der Durchgang des Blutes durch die zu- sammengezogenen Gefäße von jener wird ge- hemmet. Auch macht die immerwährende und verstärkte Ausdünstung durch die Hautgefässe, wovon anderswo das mehrere zu lesen ist, daß der Verlust an Säften sehr beträchtlich wird. Das, was zurückbleibt, wird dick, figirt sich, und indem es die nöthigen Abson- derungen verhindert, wird es zur nächsten Ur- sache von Verstopfungen. Auch macht über- mäßige Hize, daß die kleinern Gefäße, sonder- lich vom lymphatischen Systeme, und die, wel- che dem Nervensystem als Gefärthen zugege- ben sind, wegen des Verlustes ihrer Säfte eintrocknen und nach und nach steif werden. In den übrigen Feuchtigkeiten aber nehmen die, zuvor durch die wässerichten Theile einge- wickelten salzichten und öhlichten Partickeln, weil sie durch die Bewegung mehr entwickelt wer- den, an Schärfe und Menge zu, und nun ent-

stehen hitzige Fieber, oder bey schwächern Subjecten Skirrhen in den Eingeweiden.

Nun ist der wässerichte Theil der Luft zu betrachten übrig, an dessen Daseyn niemand zu zweifeln Ursache hat, weil die Naturerscheinungen, welche davon abhängen, und von den Gelehrten unter dem Namen der wässerichten Meteore begriffen werden, jedermann bekannt sind. Durch den Beytritt des wässerichten Theils verliert die Luft sehr viel von ihrer Schnellkraft. Ehe die Barometer erfunden worden, hielt man eine feuchte Luft für schwerer, als eine trockne. Das Gefühl von Schwere, welches unter derselben in unsern Körpern zunimmt, täuschte in diesem Punkte Gelehrte und Ungelehrte. Man fühlt sich schwerfällig, wenn der warme Südwind wehet, obschon, wie das Fallen des Quecksilbers im Wetterglase beweißt, dennzumal die Luft an Gewichte verliehrt, und beym Wehen des kalten Nordwinds fühlt man sich leicht, obschon das Steigen des Quecksilbers eine Zunahm des Gewichtes der Luft andeutet. Daher ist eine heitere, trockne durchsichtige Luft in der That schwe-

schwerer, als eine neblichte, trübe und halbdurchsichtige. Niemals ist mehr Wasser in der Luft, als in jenem Falle, obschon man es nicht sieht, es ist nemlich vertheilter und durch seine Erhebung in höhere Regionen der Luft verbreitet und dünne: da es hingegen bei feuchter Witterung nur wenig über die Erdfläche erhoben ist, auch wegen der unvollkommenern Mischung mit andern Bestandtheilen des Dunstkreises leichter von ihnen getrennt wird.

Woher kömmt aber im thierischen Körper das Gefühl von Schwere bey feuchter Witterung? Von dem Einsaugen der Luftfeuchtigkeit, welches vorzüglich in Körpern statt findet, die da leer, trocken, durch Fasten oder übermäßige Arbeit ausgemergelt sind, bey welchen dem zufolge die einsaugenden Gefäße thätiger sind, als die aushauchenden. Auch ereignet sich dasselbe mehr des Nachts und wann man schläft, als bey Tage und im Wachen. Keil führt die Wahrnehmung an, daß einem Menschen in einer Nacht durch Einsaugen der Luftfeuchtigkeit sein Körper um

achtzehen Quentchen schwerer geworden. Robuste Leute haben weniger von dieser Beschwerde zu besorgen, denn ihre lebhaftere Ausdünstung widersetzt sich einem solchen auf Schwäche gegründeten Einsaugen.

Eine feuchte Luft ist einem beständigen warmen Dampfbade zu vergleichen, worin man sich muß brühen lassen, als wenn man ein Schwein oder eine Gans wäre. Dieser Umstand macht alle schlimmen Würkungen von jener begreiflich, die verschieden sind, je nachdem dieselbe zugleich warm oder kalt ist. Kömmt nemlich die Wärme dazu, so wird die Luft pestilenzialisch, und steckt alles mit Fäulnis an. Daher sind faulartige Krankheiten an sumpfichten, feuchten und neblichten Orten endemisch, und spotten der Bemühung der Aerzte, sie auszurotten. Wenn aber die Kälte sich zur Feuchtigkeit der Luft gesellet, so wird zwar jener Hang zur Fäulnis gestöhrt, allein die nun im Körper zurückgehaltenen Feuchtigkeiten häufen sich mehr an, figiren sich, verursachen einen langsamen Kreislauf, der sich bis zur Gefahr des Erstickens verschlimmern

kann,

kann, und im Unterleib entstehen die hartnäckigsten Stockungen.

Die medecinische Lebensordnung schreibt uns bey feuchter Luft folgende Verhaltungsregeln vor. Man gehe nicht ohne Noth aus dem Hause; man durchräuchere sein Zimmer mit harzichten Hölzern, und öfne zugleich ein Fenster, damit dadurch ein Wirbelwind entsteht, welcher die Luft reinigt. Noch besser geht diese Reinigung von statten, wenn man ein französisches Camin im Zimmer hat, in diesem Rauchwerk anzündet, Fenster und Thieren zuhält, hierauf die Klappe des Camins öfnet, und durch diesen Weg, als gleichsam durch einen Ventilator die Luft säubert. Dadurch kann man öfters Catarrhen, Husten und serosen Lungenentzündungen bey schwächlichen Leuten von weitem vorbeugen. Robuste, hizige und durch Leibesübungen abgehärtete Leute vertragen zwar leichter eine feuchte Luft, allein sie haben sich doch auch in Acht zu nehmen, daß sie sich nicht allzu lang darinn aufhalten.

Die Heilsamkeit einer trocknen und zugleich schwererern und heiterern Luft erhellt aus dem

bisherigen Vortrage von selbst. Allzu trockne Luft giebt inzwischen doch bey Leuten von hitzigem Temperamente Gelegenheit zur so genannten trocknen Engbrüstigkeit.

Ausser den bisher abgehandelten Hauptbestandtheilen der uns zum Einathmen angewiesenen Luft müssen wir auch die sich zu ihrer Mischung hinzugesellenden Ausdünstungen der drey Naturreiche, soviel es zum gegenwärtigen Zwecke dient, betrachten. Das Thierreich liefert hauptsächlich hierzu eine große Menge von Ausdünstungsmaterie. In den Excrementen der Thiere sind viel flüchtige Salze, die sich immerzu entbinden, und in die Luft erheben. Nicht zu gedenken, was für Ausdünstungen beständig aus den faulenden Leichen der Thiere aufsteigen. Eyer von Insekten schwimmen zu Myriaden in der Luft, und fallen oft wie ein Regen herab. Nicht minder illustriren die Lehre von den Ausdünstungen die ansteckenden epidemischen Krankheiten, deren einige, obschon bey weitem nicht alle, von dieser Naturerscheinung abhängen. Das Pflanzenreich giebt zu Ausdünstungen den geistigen Theil seiner Unterthanen.

thanen. Von Blüthen und Blättern haucht ein Dunst aus, der sich sogar im Weltmeere eine gute Strecke verbreiten und durch seinen Geruch den Schiffern das nahe Ufer verrathen kann. Ausserdem aber entwickelt aus den Pflanzen die Gährung einen weinähnlichen Theil, und die Einäscherung flüchtige Salze, die sich mit der Atmosphäre vereinigen. Sind die ölichten Theile nicht zu sehr durch ein terrestrisches Bindemittel gefesselt, so treibt sie die Gewalt des Feuers ebenfalls in die Luft. Auch die wesentlichen sauren oder herben Salze der Pflanzen können, wenn das Feuer sie von der sie figirenden Erde losmacht, sich in die Luft erheben. Nicht minder sublimirt sich von Erdarten selbst das feinste und leichteste. Daß die Winde auch Saamen der Pflanzen entführen und in die Luft ausbreiten lehrt das Wachsen von Kräutern auf den Dächern und an Spitzen der Thürme, welches erfolgt, wenn auch nur ein wenig Erde daselbst anzutreffen ist.

Die Ausdünstungen des Mineralreiches sind sowohl Resultate chymischer Arbeiten, welche die Natur selbst in ihrer noch wenig be-

lauschten Werkstätte vornimmt, als auch Folgen der menschlichen Arbeiten. Das Feuer und Wasser thut hierinn durch verschiedene Operationen, die sowohl mit ihnen allein als in Verbindung unternommen werden, das meiste. Davon handeln aber die Schriften der Scheidekünstler, welche in dieser Absicht müssen nachgesehen werden.

(Nicht minder ist in Betracht zu ziehen, was Sonne, was Luftelectricität und Luftmagnetismus, welcher ein ganz ander Ding ist, als der fabelhafte Magnetismus von Windsack Mesmer und seinen Anhängern, hierinn zu bewirken vermögend sind.)

Man schreibt das lange Leben der Bergbewohner nicht ohne Grund der reinen Bergluft zu, an welche die Ausdünstuugen, welche die Luft niedriger Gegenden zu verunreinigen pflegen, weniger zu gelangen vermögen. Dies ist aber nur von der Luft höherer Berge zu verstehen, wie die Alpen, und ähnliche Berge, gegen welche unsere gewöhnliche Gebirge blos den Namen hoher Hügel verdienen. Denn

auf leztern wird das Hausgeräthe der Bewohner oft schimmlicht, und nicht selten finden sich in den Thälern Seen, deren Wasser sehr zur Verderbnis geneigt ist, und die Luft verpestet. Nicht minder wehen an niedern Bergen die Winde weit eher schädliche Dünste herbey, und die im Schoosse der Berge verborgene Mineralien sind auch nicht frey vom Aushauchen schädlicher Dämpfe.

Seeluft wird von einigen für salzicht und ungesund, von andern für sehr gesund ausgegeben. Es mag der Unterschied wohl auf Beschaffenheit der Winde beruhen, wodurch sie gereinigt, oder mit schädlichen Theilchen erfüllt wird. Sumpfluft hat allen Nachtheil einer feuchten Luft in vollem Masse; Luft von unterirrdischen Gewölben, Grotten, verschlossen gewesenen Brunnen, und durch Erdbeben bewirkten Erdspaltungen ist mit giftigen Ausdünstungen geschwängert, oder auch durch Fäulnis zum Einathmen untauglich, folglich Thieren tödlich, die von der Luft leben müssen. Landluft ist gesünder, als Stadtluft, da sie, wegen weiter auseinander stehenden Häu-

sern und breitern Strassen minder eingesperrt und fähiger zur Erneuerung, auch in der schönen Jahrszeit mit allen Wohlgerüchen des Pflanzenreiches geschwängert ist; hingegen vergleicht sich in der Heilsamkeit die Stadtluft niemals mit derselben, wegen der höhern Häuser und engern Gassen, die sich der Erneuerung der Luft entgegenstellen, wie auch wegen der Menge der Einwohner in einem solchen Orte, und ihrer nicht eben so frugalen Lebensart. Noch muß auch in dieser Rücksicht die Verschiedenheit der Lebensart der Einwohner betrachtet werden, und die Verunreinigung der Luft durch Steinkohlen und Torfbrennen, durch ungeschickt angebrachte Cloaken, Stallungen und Misthäufen kömmt in nicht geringen Anschlag; dahin auch säuische doch nützliche Gewerbe zu rechnen sind, als da ist, die Gerberey, das Saitenmachen, die Maceration des Hanfes, das Seifensieden u. d. gl.

Luft in Bewegung wird gemeinem Sprachgebrauche zufolge **Wind** genannt. Derselbe ist bald nützlich bald schädlich, je nachdem er über Berge, Wälder, Sümpfe, Flüsse,

oder Sandgegenden wehet, und gesunde oder ungesunde Dinge mit sich fortreißt und an andere Körper hinbläßt.

Der Ostwind weht Morgens besser für die Gesundheit, als Abends, wenn er aus trockenen Gegenden kömmt, ist er wärmer und trockener, auch stiller als alle andre Winde, und macht hell Wetter.

Der Westwind wehet mehr zum Nuzen der Gesundheit am Abend, wenn er sich aus Gegenden erhebt, die mehr von den Sonnenstrahlen durchwärmt worden. Kömmt er aber über das atlantische Meer, so weht er stürmischer nnd heftiger und hat Kälte und Plazregen zu Gefärthen.

Der Südwind wehet aus wärmern Climaten, und kömmt über das mittelländische Meer zu uns. Daher ist er neblicht, dicke, lau und macht unangenehme Witterung. Horaz nennt ihn den bleiernen Wind, und in der That macht er schwerfällig und bringt die Lymphe zum Stocken.

Der

Der Nordwind heult aus Gegenden, die minder Sonnenschein haben, und mit Schnee und Eiß bedeckt sind. Er bringt zwar Kälte, erheitert aber zugleich den Himmel und macht reine Strassen. Wenn er an einem Orte, wo pestilenzialische Krankheiten waren, nach Reinigung der Luft und Verbesserung anderer Krankheitsursachen wehet, verkündigt er lange Dauer einer gesunden Luft, und langes Leben für die Einwohner des Ortes.

Das gesunde oder ungesunde Wehen der Winde muß nach verschiedenen zugleich eintreffenden Umständen beurtheilt werden. So ist der Ostwind den Niederländern gesund, den Britten schädlich. Der Nordwind ist zwar kalt und der Südwind lau und feucht, allein mit der Gesundheit und Ungesundheit derselben verhält es sich, je nachdem jener über Sümpfe dieser über trockne Sandgegenden daherweht, und umgekehrt.

Die stärksten Winde entstehen weit mehr in heisser Luft, als in der strengsten Kälte, das Thermometer verändert sich aber in einerley Luft

Luft nicht im geringsten, wenn schon in derselben der heftigste Wind gehet. Von einem solchen Winde fallen robuste und gesunde Leute, die durch Bewegung erhitzt und in Schweis getrieben sind, so gut in schwere Krankheiten, als wenn sie wirklich aus der Wärme in die Kälte gekommen wären, weil nemlich der Wind die uns umgebende und durch unsern Hauch lau gemachte Luft beständig hinwegtreibt. Wer sich in kalter Luft durch Bewegung erhitzt, und hierauf in derselben ruhet, fällt in hartnäckige Engbrüstigkeit, Flüsse, und hitzige Krankheiten des Schlundes, Rippenfells und der Lunge. Sehr schwache und an immer einerley Luft gewöhnte Leute können auch nicht das mindeste Lüftchen ertragen, welches durch die Ritzen der Fenster eindringt.

Den Namen einer gesunden Luft verdient nur die, welche schwer, heiter, trocken, mässig warm, von reinen Orten herkommend, leicht durch gelinden Wind bewegt, von gröbern Ausdünstungen rein, keiner grossen und schnellen Abänderung fähig ist. Sonnenluft, Landluft und oben genannte Bergluft von hohen Bergen

verei-

vereinigen diese Eigenschaften in sich in hohem Grade. Doch giebt es Leute, denen diese vortrefliche Luft nichts nützet, weil sie ein unreinliches Leben führen, Kleider, Wäsche und Bettgewand nicht fleißig wechseln, die Häuser nicht genug auskehren, oder in dunkeln Orten wohnen, oder Cloaken und Misthäufen in ihrer Nachbarschaft haben, oder auch sich zuviel des Umgangs mit unflätigen Leuten befleissen.

Vaterländische Luft wird gemeinhin jeder andern, auch an sich gesundern vorgezogen. Wahr ist es allerdings, daß man in derselben manche Krankheiten leichter ertragen oder geheilt sieht, als in einer fremden: denn wir sind mehr an sie gewöhnt, die Functionen unsers Körpers werden durch sie leichter im Gang erhalten, und sie bewahrt uns mehr vor Schaden. Allein auf der andern Seite ist auch zu bemerken, daß eingewurzelte Krankheiten Luftveränderung heischen, weil eine gewohnte Luft die Mittel dagegen entkräftet. Und dies gilt vorzüglich von Krankheiten, die in den Fehlern der Vaterländischen Luft ihren Unterhalt finden.

Wohnungen gegen Morgen vergleicht Vitruv mit dem Frühlinge; gegen Abend gelegen werden sie dem krankheitreichen Herbst ähnlich geachtet; die gegen Norden haben den nächsten Rang in Absicht auf die Gesundheit nach den östlichen Wohnungen, und die gegen Süden sind die ungesundesten. In Ansehung der Winde verhält sich aber dies nicht eben so: denn es ist besser, ein Haus zu bewohnen, an welches der Westwind wehen kann, oder auch der Nordwind, denn der Ostwind, am wenigsten aber taugt es, wenn der Südwind Zugang hat. In Rücksicht auf die Gegenden ist folgendes zu mercken. Wenn man in einer nordlichen strenge kalten Gegend wohnt, ist besser, das Haus gegen Mittag frey zu haben; in südlichen Gegenden aber, wo die Hitze schadet, es dem Nordwind im Gesichte stehen zu lassen. Wer gesund wohnen will, muß, so viel es die Umstände immer zulassen, sich einen Ort in einer reinen Luft auswählen, und den Verunreinigungen von jener ausweichen, auch vorzüglich Sorge tragen, daß Luft und Sonne sein Haus wohl durchstreichen können. Doch ist der

Verlust

Verlust an Sonne unerträglicher, als der an durchstreichender Luft, weil durchscheinende Sonne die Fehler einer ruhenden Luft durch die immerwährende Bewegung der Lichtstralen verbessern kann, nicht aber also die Luft den Nachtheil eines immerwährenden Schattens zu verhüten im Stand ist. Anders verhält sich aber die Sache, wenn das Sonnenlicht, dessen man beraubt ist, kein directes sondern ein zurückgeworfenes ist, denn in diesem Fall ist durchstreichende Luft noch unentbehrlicher. Was die Nachbarn anbetrift, so muß man nach Möglichkeit verhüten, daß eine größere Höhe ihrer Häuser, zumal in engen Gassen, uns nicht freien Zutritt der Luft und Sonne, als zweyer vorzüglichen Beförderungsmittel der Gesundheit, entziehen möge.

# Zweyter Abschnitt.

## Von der Speise überhaupt.

Die beständige Abnutzung des Körpers erfordert Ersatz und Erneuerung. Diese erhält er durch die Nahrungsmittel, die er nimmt, und in ihm durch die Verdauungskräfte so bearbeitet und animalisirt werden, daß in sechs Monaten der Körper nicht mehr eben derselbe ist, welcher er zuvor war. Hieraus ist ersichtlich, daß niemand in die Länge das Fasten ausdauren kann. Nützlich ist jedoch dasselbe, wenn eine fehlerhafte Verdauung vorhergeht, und der Magen vor neuer Speise Eckel hat, und sich ein Gefühl von Schwerfälligkeit einfindet. Dies Gefühl lehrt, nach der Bemerkung von Sanctorius, daß Fasten eine unter diesen Umständen dienliche Sache sey. Schädlich ist hingegen das Fasten, wenn dieselben nicht statt finden, der Magen mit starker Eßlust und guten Verdauungskräften versehen ist, und man ihm gleichwohl die Gelegenheit entzieht, seine Talente sehen zu lassen. Alsdann wird die Verdauung, je öfter und mehr

man fastet, geschwächt, und zu einer allgemeinen Verderbnis der Säfte der Grund gelegt. Mehr schadet das Fasten denen, die sich nicht mit Vorsicht nach und nach daran gewöhnt haben, wie auch jungen Leuten, gallichten Subjecten, und vorzüglich solchen die durch häufige Anstrengung des Körpers oder des Geistes ihre Kräften erschöpfen müssen.

Mässige Nahrung, die mit den Verdauungskräften in gehörigem Verhältnisse steht, den Abgang im Körper ersezt, und nicht zur Sammlung von Cruditäten Gelegenheit giebt, muß nie bis zur völligen Sättigung genommen werden. Ueberspringt sie diese Gränzlinie, so wird sie, so lange die Verdauung noch damit zurechtkommen kann, Vollblütigkeit erzeugen; wird sie aber schlecht verdaut, Cruditäten ansammeln. Ist sie weniger als mäßig, so ersetzt sie nicht genug die verlohrnen Kräfte, und erneuert auch nicht genug das Vermögen des Körpers, welches er haben muß, um die genommene Speise zu animalisiren. Daher kann man sich durch übertriebene Mäßigkeit so gut schaden, als durch Schlemmen, und sich vor der Zeit dadurch alt machen.

Zu-

Zu viel essen schadet mehr den Schwachen und wenig in Leibesübungen begriffenen Leuten, als Starken und ihre Leibeskräfte fleißig anwendenden Subjecten. Jene, weil sie schwächer verdauen, harnen mehr und bekommen Durchfall, wenn sie sich überladen, diese aber, da sie besser verdauen können, dünsten von Ueberladungen stärker aus. Daher nehmen manche von diesen, wenn sie ein Paarmal monatlich dem Freßgott Opfer bringen, ohne daß diese Ausschweifung irgend eine in die Sinne fallende Ausleerung reichlicher macht, den Tag nach dem Schmause merklich an Gewichte ab. Jene aber werden schwerer, und können, ohne grosse Beeinträchtigung ihrer Gesundheit, mit diesen im Fressen nicht rivalisiren, thun daher klüger, sich im Genus der Nahrung an eine Einförmigkeit zu halten, die sich mit ihren Verdauungskräften verträgt.

Wer sich in der Jugend durch öfteres Uebermaß im Eßen den Magen aufgeschwellt hat, dem wird er im Alter bey einer mäßigern Lebensart schwellen und beschwert seyn. Schwache gehen schnell durch Unmäßigkeit zu

Grunde, Starke sind aber deswegen vor den übeln Folgen derselben nicht besser in Sicherheit, wenn sie sich schon bey ihnen nicht so geschwinde, wie bey jenen, äussern.

Will man den zu leicht gewordenen Körper schwerer machen, so dient reichlichere und zähere Nahrung, im umgekehrten Fall aber sparsame und leichte.

Die uns an Leibesstärke überlegene Vorwelt begnügte sich zur Nahrung mit Wasser, mit Früchten, Kräutern, und Eicheln, welche die Erde freywillig darreichte. Plutarch und andre bezeugen dies von den Arkadiern und nennen sie Eichelfresser. Bekannt ist jener alte Orakelspruch:

Gegen dich wird ein Heer von Arkadiern
streiten, mit Eicheln
Reichlich gesättigt.

Und Juvenal's zehnter Vers in seiner sechsten Satyre:

Oefters rülpste der scheusliche Gatte, den
Eichelnernährten.

Sehr

Sehr bald aber ward diese Vorwelt auch mit der Nahrung aus dem Thierreiche bekannt, wie uns solches die frühen Nachrichten von Opfern lehren, die sich sowohl bey heiligen als Profanscribenten finden. Nach und nach entartete sich aber in den Enckeln die Simplicität der Väter in einen bis aufs höchste gestiegenen Luxus, dessen gleichfalls die alte Geschichte genugsam erwähnt.

Die bekannten Künste, wodurch das Getraide eßbar für Menschen gemacht wird, sind das Mahlen, das Verwandeln in Teig, die Gährung und das Backen. Die Speisen des Thierreiches werden gekocht, gesotten, gebraten, geröstet und gewürtzt. Die aus dem Pflanzenreiche werden theils roh, theils gekocht und mit Substanzen aus dem Thierreiche versetzt genossen. Was die Küchengeschirre betrift, so sind die für die gesundesten zu achten, worinn die Speisen nichts giftiges ausziehen und auflösen können, und welche sich am leichtesten reinlich halten lassen. Wie thöricht der Küchenluxus mit vielen kupfernen und messingenen Gefässen sey, erfolgt hieraus von selbst.

# Dritter Abschnitt.

## Von der Nahrung aus dem Pflanzenreiche.

Zum Behuf der Diätetik lassen sich die Speisen aus dem Pflanzenreiche in vier Classen theilen, deren erste die Körner, die zweyte die Gemüse, die dritte die eßbaren Wurzeln, die vierte die Früchte in sich begreift.

Die Körner begreifen theils die Getreidearten, theils die Saamen der Hülsenfrüchte unter sich, deren jene das Brod liefern, dessen Bereitung als bekannt vorauszusetzen ist. Dasselbe hat vorzüglich der thierischen Fäulnis widerstehende Kräfte, und ist daher die schicklichste Nahrung für Leute, die ihren Körper durch harte Arbeiten abnutzen, hingegen taugt es, weil es zu gleich eine zähe Speise ist, minder für Schwache, und Leute von sitzender Lebensart. Ungegohrnes Mehl mit Milch vermischt kennt man unter dem Namen des Breies. Der Brei hat die schlimmen Eigen-

schaften des Brodes, ohne zugleich seine guten an sich zu haben.

Unter allen Brodarten hat das Weizenbrod einen grossen Vorzug, indem es höchst nahrhaft ist und in den ersten Wegen beynahe gar keinen Unrath zurückläßt. Doch verdaut es sich langsamer in einem schwachen Magen, und wirkt Leibesverstopfung. Einen noch größern Vorzug aber behauptet der Zwieback der auch in einem schwachen Magen sich ganz verdaut, und den reichlichsten Nahrungssaft giebt.

Roggenbrod steht jenen zwey Arten nach, nährt minder, verstopft weniger. Gerstenbrod ist noch weniger zähe, nährt aber auch in geringerem Maasse und bläht den Leib auf. Reißbrod ist gewöhnlicher in den Morgenländern, stopft mehr, als alle vorigen Arten, und ist in geringerem Grade nahrhaft. Hirsenbrod ist trocken, zerbrechlich, und macht Verstopfung. Dinkelbrod und Einkornbrod ist noch schlechter, andere Brodarten nicht zugedenken, die man nur in Zeiten der

Theurung und Hungersnoth zu geniessen pflegt. *)

Das beste Brod ist unstreitig dasjenige, welches wohl ausgebacken und brüchig ist, nicht zu frisch (denn dieses ist heisser, leimichter und blähender) und nicht über drey Tage alt (denn dieses trocknet, beschwert und verursacht Verstopfung.) Die obere wohl durchgebackene Rinde hilft der Eßlust und der Verdauung, die untere verdaut sich schlechter und verstopft mehr, und ist minder eßbar als die zwischen beyden in der Mitte befindliche Grume. Brod, von dem die Rinde geschält ist, und dessen Teig ein wenig Kleie beygemischt worden, nährt minder öfnet aber mehr den Leib.

Aus Mischungen von Brodteige, Butter, Käse, Milch, Eyern, Baumfrüchten, Zucker und

*) Ueber die Verschiedenheit des Mehls und des Brodbackens ist unseres Universitätsfreundes Graumanns diätetisches Wochenblatt nachzusehen, weil uns die Enge des Raumes davon zu schweigen gebietet. A. d. U.

und Gewürzen entstehen Kuchen, Torten, Pasteten, und wie die Erfindungen der Schlemmer alter und neuer Zeiten noch weiter heissen. Schon der Name ihrer verschiedenen Zugehör macht es begreiflich, welche Arbeit dem Magen durch ihren Genus auferlegt wird, und daß sie um so schädlicher werden, je mehr ihr Wohlschmack reizt, sich damit zu überladen.

Die Saamen der Hülsenfrüchte stehen an Treflichkeit den Getreidearten um etwas nach, zeugen dickere Säfte, verdauen sich schwerer, nähren schlechter, machen im Uebermaaße genossen den Körper träge und die Sinne stumpf, beschweren den Kopf, verursachen Blähungen und Schlaflosigkeit. Dies alles mehr bey schwachen minder bey robusten Leuten, als bey welchen sie, gedörrt, abgehülset, in Wasser geweicht, und wohl durchgekocht immer noch eine ziemlich gute Nahrung verschaffen.

Zu diesem Hülsenfrüchten gehören unsre gemeinen Bohnen, wie auch die Vizebohnen, welche hie und da unter dem Namen der türkischen anders wo unter dem Prädicate der

Saubohnen bekannt sind. Die Kerne von jenen sind, wenn man die etwas adstringirende Hülse davon gesondert hat, und wenn sie grün oder nicht gar zu alt verspeißt werden, reinigend und öfnen den Leib. Uebermäßig genossen erwecken sie Blähungen, und diese blähende Eigenschaft kann ihnen, nach Galen's Zeugnisse, auch nicht benommen werden, wenn man sie drey Tage kocht, *) wenn anders diese Aussage sich nicht eher auf die Saubohne bezieht, von welcher wir so gleich reden werden.

Schon die Alten waren keine Lobredner dieser Bohnenart, die für Menschen nur genießbar ist, wenn man sie jung und ganz grün kocht und speißt, wobey man aber noch weit nöthiger hat, die Hülse abzusondern, als bey den gewöhnlichen Bohnen. (Plenk in seiner

1784.

*) Leuten von sitzender Lebensart sind diese Kerne nicht sehr zu empfehlen. Nützlicher für sie ist die eingemachte junge gelinde Hülse, oder auch die, welche im Ofen getrocknet worden, in welcher noch der ganz junge Kern steckt. A. d. U.

1784. herausgegebenen Bromatologie sagt, man müsse diese Sorten von Bohnen den Bauern und Schweinen allein überlassen.)

Erbsen behaupten in unsern Tagen den Rang noch vor den Bohnen, da hingegen die Alten sie denselben nachsetzten. Frische, zarte, grüne und wohl reife Erbsen sind leicht verdaulich; schwerer aber, und blähender und verstopfender die alten, obschon sie nahrhafter sind. Man muß sich aber hüten, ihre Hülse mitzuspeisen. Zuckererbsen sind eine edlere Sorte, die sich frisch vorzüglich zur Speise anpreißt. (Erbsenbrod ist nach Plenk's Lehre schwer, doch aber angenehm, wenn es neugebacken ist. Wird es einige Tage alt, so ist es trocken, unschmackhaft, und hat einen eckeln süslichten Geruch.)

Linsen sind eine Speise der Armen, schwer verdaulich, blähend, und denen schädlich, welche Colicken unterworfen sind. (Die Fütterung mit Linsen hat nach Vater Haller's Zeugnisse Pferde durch eine Windkolick getödet) Sie sind stopfend, und werden von

Galen

Galen zur Nachcur in der Dysenterie als Suppe zu essen empfohlen. Ihr Geschack ist nicht unangenehm. *)

Kichern, Wicken und Feigbohnen pflegen die Menschen dem lieben Vieh zur Speise zu überlassen, es sey denn, daß Hungersnoth sie zwinge, sich dieselben gleichfalls zum Essen zuzueignen.

Noch können wir nicht zur zweyten Classe der Speisen aus dem Pflanzenreich übergehen, ohne wenige Worte vom Haber, von einigen Buchweizenarten, vom Welschkorn oder Türkenkorn, vom Mannagrase und von dem Sagu einzuschalten, und dadurch eine Lücke in unsrer Urschrift zu füllen.

Der Haber ist eine geruchlose Sache, und hat nur einen mehlichten Geschmack. Er nährt weniger, als die Gerste, sein schleimichter reichlich vorhandener Theil macht ihn aber weit

*) Essig kann ihre Unverdaulichkeit einigermassen mildern A. d. U.

weit geschickter, scharfe Säfte einzuwickeln, auch ist er kühlender. Die Grüze von ihm ist eine bekannte, leicht verdauliche sehr gesunde Speise. Allein Haberbrod ist schwarz, bitter, und nach Plenk's Versicherung, äusserst schwer zu verdauen. Haberbrühen sind eine preiswürdige Speise für Kranke. Vom Haberbier ist anderswo zu reden.

Der gemeine Buchweizen gehört nicht unter die leicht verdaulichen Getraidearten, das Brod aus demselben nährt mehr, als Hirsenbrod, ist weniger sauer, als das vom Weizen, stopft aber mehr, und dient Leuten, die sehr zu Bauchflüssen geneigt sind. In Schwaben giebt man ihm den Namen Heidekorn. Der sibirische Buchweizen taugt nur in einen sibirischen Magen. Der pohlnische hingegen, welcher auch unter dem Namen pohlnischer Gries bekannt ist, giebt ein dünnes leichtes Nahrungsmittel für Kranke ab, und ist, nach Plenk, Schwindsüchtigen in Milch gekocht zu empfehlen.

Das Welschkorn ist nährend, aber auch schwer verdaulich, stopfend und nur robusten

Leuten

Leuten dienlich. Doch werden die unreifen Kolben gebraten auch von schwächlichen ohne Schaden gespeißt. Aus den reifen, getrockneten, gestossenen und mit Zucker vermischten Körnern läßt sich, zufolge der schwedischen Abhandlungen, mit Wasser und Butter ein stark nährender Brei bereiten. Welschkornbrod ist zähe und stopfend, allein mit Roggen- oder Weizenmehl versetzt, backt man daraus ein weisses und heilsames Brod, welches zur Leibesöfnung dient.

Das Mannagras, oder Schwaden, hat einen mehlichten süslichten Geschmack. Plenk zieht seinen Saamen den Sagukörnern vor, und findet ihn nährender und schmackhafter, aber auch stopfender. Die Grüze davon dient zu einem Brei, das Mehl kann zu Brod und Kuchen so gut als ein andres verbacken werden.

Die Sagukörner, oder Sagugrüze sind das Mark verschiedener Palmbäume, wovon der botanische Character noch nicht bey allen berichtigt ist. Sie sind ohne Geruch, und von

einem mehlichten Geschmack. Der westindische Sagu wird dem ostindischen vorgezogen. Nicht leicht giebt es ein so leicht verdauliches und doch reichlich nährendes Mittel für Schwindsüchtige oder sonst entkräftete Kranke. Man kocht den Sagu mit Milch, mit Wasser, mit Fleischbrühe, oder auch mit Wein. In beyden Indien wird auch ein Brod davon bereitet. Uebermäßiger Genus des Sagubreies macht, nach dem Zeugnisse von Rumph leukophlegmatisch.

Die zweyte Classe der Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche besteht in Gemüsen. Sie kühlen, feuchten an, löschen den Durst, treiben den Harn und lindern sein Brennen, widerstehen dem Kopfwehe von Berauschung, machen Appetit, Schlaf, Stuhlgang, sind im Sommer gallichten und trocknen Subjecten dienlich und geben mit Eßig und Oel Salate. Das Uebermaas verdaut sich schwerer und bleibt lange im Magen, ob die Sinne und Zeugungskräfte dadurch leiden ist so ausgemacht nicht.

Die

Die Alten speißten die Malve, die bey uns ihrer Zähigkeit wegen aus den Küchen verbannt ward. Noch besser ist der Lattich, oder die Lactucke, und eine frühe Art derselben, welche man Rapünzchen heißt. Die Kohlarten sind noch dicker von Saft, schwer verdaulicher, blähender, als Lactucke. Leicht gekocht erwecken sie Harn und Stuhlgang, stärker gekocht sind sie stopfend. Zum Einmachen oder Sauerkraute taugt der rothe Kohl besser, als der weiße. Letzter hat mehr salpetrichtes in sich, welches ihn abführend macht. Winterkohl hat einen Vorzug vor dem Sommerkohl. Savoierkohl oder Wörsing, wie auch Blumenkohl, oder blauer Kohl, taugt vorzüglich zum kochen mit Fleischbrühe, so auch die Kohlrabi, die aber nicht holzicht und in einem guten Erdreich erzogen seyn müssen. Endivien sind gelind adstringirend, wie der Lattich, dienen zu Salaten noch besser als zum Kochen, sollen aber Nervenschwachen nicht nützlich seyn. Spinat ist wässericht, geschmacklos, abführend, und ohne Würze eckelhaft und blähend. Weisser Mangold ist besser, als rother oder gelber. Sein Saft ist ein Niesemittel.

mittel. Seine Wurzel, so wie des rothen und gelben, läßt sich bekanntlich mit Eßig und Gewürzen einmachen. Portulak ist schleimicht, kühlend, besänftigend und Borragen, oder Borretsch, erfrischend und gelind stärkend. Sauerampfer kühlt gelinde, und adstringirt eben so, ist stärkend, angenehm sauer, und verbessert schlechte Galle. Von Gemüsen, die nur die Hungersnoth eßbar finden läßt, haben wir hier nicht zu reden.

Folgende Pflanzen sind nicht sowohl selbst Zugemüse, als eine nützliche Würze und Verbesserung derselben. Sie stimuliren, verdünnen, wärmen, stärken, treiben Blähungen, helfen der Verdauung und befördern die Aussonderungen. Sie werden ebenfalls sowohl gekocht, als zu sogenannten Kräutersalaten gebraucht. Zuerst nennen wir den Körbel, der sich durch angenehmen Geruch, gewürzhaften Geschmack, Fähigkeit das Erbrechen und Durchfall zu stillen, und besser noch als der Nachtwächter von Ternate zur Zeugung zu erwecken, und alle oben im allgemeinen erwähnten Heilkräfte besonders empfiehlt. Auf ihn folgt die

Gartenkresse oder Pariser Kresse, und die bekannte Brunnenkresse oder Wasserkresse. Man kann beyden fast eben das nachrühmen, was vom Körbel gesagt worden. Der Esdragon *) ist gewürzhafter, als die vorigen alle, stimulirt mehr, zerstreut überflüßige Feuchtigkeiten, treibt Blähungen, und — wollte Gott! man könnte es unsrer Urschrift nachbeten — macht Dumme klug. Petersilie ist ein angenehmes und gesundes Pflänzchen, und streitet mit dem Seleri beynahe um den Vorzug, hat alle schon oben gerühmte Heilkräfte **) Noch stimulirender als beyde ist der Senf, auch hitzender, und nur phlegmatischen Leuten in Menge erträglich. Ovid nennt ihn den geilen Senf, weil er die Zeugungstheile reizt, hätte ihn aber eben so gut Urinator nennen können, weil er den Abgang des Harns befördert. Löffelkraut ist scharf, hat viel flüchtiges Salz und Geist in sich, muß daher sparsam genossen werden. Junges

*) Dracunculus hortensis.

**) Nur muß uns kein Gärtner oder Kräuterweib aus Unwissenheit statt seiner den Schierling oder grossen Hanenfus (Apium risus). verkaufen. A. d. U.

Junges ist angenehmer und gesünder, als altes. Basilicum ist angenehm gewürzhaft, und der Vorwurf, welchen ihm die Alten machen, daß es den Augen schade, und die Leute zu Narren mache, auch die Schlafsucht zuwegebringe, ist nichts weniger, als bewiesen. (Trift er das Basilicum, so trift er auch andre aromatische Substanzen, denen man dies noch nie nachgesagt hat.) Das edle Pfefferkraut, dessen Geschmack schon durch seinen Namen kenntlich ist, treibt meisterlich Winde ab, lößt Schleim auf, und befördert Eßlust und Verdauung.

Mit vorigen Pflanzen stimmen, zuweilen so gar mit einem gewissen Vorzug, überein der Quendel, die Saturey, die Raute, die Münze (die Pfeffermünze) die Melisse, der Salbey, der Rosmarin, der Majoran, der Ysop, von welchem König Salomo so viel gewußt haben soll, wie auch die jungen Schößlinge des Hopfens, der Spargel und des Hollunders.*)



*) Zückert und Plenk zählen uns in ihren diätetischen Schriften noch viel dergleichen Gewächse auf. Allein

In die dritte Classe der Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche haben wir oben die Wurzeln eingeschrieben. Sie geben einen dickern Nahrungssaft, als Gemüse, blähen mehr, sind schwerer zu verdauen, ziehen mehr Feuchtigkeit in den Körper, und werden, gleich den Gemüsen in Speisen und Würzen der Speisen eingetheilt. Zu jenen gehört die Pastinacke, die durch Kochen mit Fleischbrühe ihre blähende Eigenschaft beynahe ganz verliert. Sie reizt stark die Zeugungsorgane *) Carotten, oder gelbe Rüben, auch Möhren genannt, geben eine gute Nahrung. Jenachdem sie in einem Boden gepflanzt werden, haben sie etwas leicht gewürzhaftes. (Von rothen Rüben hat der Mangold, von dem sie eine Spielart sind, zu reden Anlas gegeben.) Der weissen oder gemeinen Rübe theilen die diätetischen

Allein wir übergehen sie mit Stillschweigen, weil sie meist exotisch sind, und unser Werk zuerst für Europa bestimmt ist. A. d. U.

*) Man muß sich hüten, daß nicht statt dieser Wurzel die vom grossen Schierling oder Wasserfenchel, der auch unter dem Namen Peersaat (Phellandrium aquaticum) bekannt ist, gespeißt werde. A. d. U.

tischen neuern Schriftsteller mehr Lob mit, als die Alten. Allerdings haben sie etwas unverdauliches, blähendes und dem Magen widriges an sich, allein das Kochen, oder schon bey den Römern üblich gewesene Braten, benimmt ihnen viel von diesen Fehlern, und macht aus ihnen ein mäßiges Nahrungsmittel, welches die Augen schärft, den Leib öfnet, zum verliebten Gefechte trompetet, im Harnbrennen, Husten und Rauhigkeit der Kehle dienlich ist. Die Märkischen (in Schwaben die Jetinger) wie auch die den Rettichen nicht unähnliche Steckrübe sind vorzüglicher, als die andern Sorten. Die Zuckerwurzel ist mit der Pastinacke zu vergleichen. Nach Celsus bläht sie jedoch weniger und Ruelle (der sie vermuthlich gern aß) nennt sie die gesündeste unter den Wurzeln. Hindläuften oder Eichorien, auch Wegwarten genannt, sind mäßig bitter, temperirend, reinigend, eröfnend, verbessern Galle und Schärfe, und geben einen wackern Salat für Gelbsüchtige. Der Bocksbart oder die Holwurzel, wie auch die Scorzonere (die in den alten Kräuterbüchern den fabelhaften Namen Schlangenmord führt)

sind in medcinischen Eichenschaften den Eichorien verwandt. (Aus Eichorien, wird wie aus den Saubohnen und Carotten durch Dörren, Röstën und Mahlen ein Aftercoffee bereitet.) Von der Petersilie und dem Selери hat schon oben das Kraut beyder zu reden Gelegenheit verschaft. Von den knollichten Wurzeln des eßbaren Nachtschatten, die unter den Namen Cartoffeln bekannt sind, wird unten zu reden seyn.

Würzende Wurzeln sind folgende. Knoblauch, weiland in Egypten göttlich verehrt, heut zu Tage im Hammelbraten aber nicht von allen mit Vergnügen gespeißt. Schon die Griechen scheuten ihn, wegen seiner, wie gute Satyren, beissenden Schärfe. Die Aerzte finden in ihm verdünnende, blähungtreibende und dicke Nahrungsmittel würzende Kräfte. Den Augen thut er weh, und Schwindsüchtige, Gallensüchtige und Blutharnende können ihn roh nicht ertragen. Das Kochen macht ihn milder, und Auswurf befördernd. Er hilft zur Sanctorianischen Ausdünstung, wie man an den Juden sich durch den Geruch belehren kann.

kann. Auch dient er auf Reisen, und wider die Kälte. Zwiebeln kommen mit dem Knoblauch überein, nur sind sie milder. Columella nennt sie weinerlich, weil sie zu Thränen reizen. Kochen und Braten mildert gleichfalls ihre Schärfe. Vom Lauch läßt sich fast alles dies in gleichem Grade behaupten. Vom Rettich, der des Rülpsens wegen eine Baurenspeise heißt, giebt es drey Sorten, nemlich den großen schwarzen, den tellerförmigen und den runden. Ratischen oder Monatrettiche sind gelinder, als die grossen, die in Aeckern und Weinbergen vorzüglich gedeihen. Meerrettich ist noch schärfer als der Rettich, hitzt auch mehr, ist eröfnender, harntreibender, wärmt den sogenannten kalten Magen, und mit Wein, Eßig und Mandeln gekocht ist er eine gute Speise, wie auch mit Milch oder Fleischbrühe. Gallichte aber essen ihn minder mit Nutzen.

Unsre Urschrift findet gut, hier etwas von Schwämmen, Trüffeln und Cartoffeln einzuschalten. Schwämme, sagt sie, sind ein taubes Essen, wenn sie nicht der Zusatz einer

Würze schmackhaft macht; ihre Zähigkeit hindert die Sanctorianische Ausdünstung, und Schwache werden davon zum Ersticken beynahe gereitzt, folglich müssen sich asthmatische, paralytische und dem Magenkrampf unterworfene Subjecte derselben gänzlich enthalten. Auch Gesunde geniessen billig dieselben selten, und nur wohl durchgekocht und gewürtzt. Man empfiehlt vorzüglich die sogenannten Champignons, oder Schwämme mit rundem, breitem, weißlichtem Hute, und von angenehmem Geruche. Nicht minder die Morcheln, die durch ihre löcherichte, der Eichel des männlichen Gliedes gleichende, Textur und aschgraue ins schwärzlichte fallende Farbe von andern Schwämmen auf den ersten Anblick zu unterscheiden sind. Die Pilze sind unter allen am geruchlosesten und unschmackhaftesten, und ihr Saft ist zähe und unverdaulich, auch sind sie blos eine Speise des gemeinen Mannes. Der sogenannte Pfifferling ist klein, länglicht, roth und hat einen Pfeffergeschmack *)

Die

*) Von giftigen Schwämmen hat die Diätetik nicht zu reden, sondern sie überläßt dieses der Toxikologie und der gerichtlichen Arzneykunde. A. d. U.

Die Trüffeln sind nur ein Essen auf die Tafeln reicher Schlemmer, das der ärmere leicht entbehren kann, weil sie einen dicken Nahrungssaft geben, und einer sehr kalten terrestrischen Art sind. Die Cartoffeln haben diesen Vorwurf nicht eben so zu leiden, und sind Leuten die viel Bewegung sich machen können, eine sehr gesunde Speise, nicht minder solchen, deren Magen viel Säure führt, welche durch dieselben absorbirt werden kann.

In die vierte Classe der Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche gehören laut obenstehender Aeusserung die Früchte der Bäume, welche unter dem Namen des Obstes, die Früchte der Sträuche welche unter dem Namen der Beeren, und die Früchte der Kräuter, welche unter den Namen der Früchte im engern Sinne bekannt sind *) Die erstern unter-



*) In Ansehung dieser Classe können wir uns vorzüglich kurz fassen, da wir den Vortrag unserer Urschrift in die Naturgeschichte der Bäume mit Merianischen Kupfern vom zweyten Abschnitte an, als womit unsre Bearbeitung dieses Gegenstandes anfängt, und so fort in den folgenden an gehörigen Orten eingeschaltet haben. A. d. U.

terscheidet man durch die Namen des Früh-obstes und Spätobstes. Jene werden früh in der heissen Jahrszeit reif, vergehen aber geschwinde, nähren wenig, haben übrigens einen wässerichtern, reifern, säuerlichern, abführenden, mäßig kühlenden, bey schwachem Magen aber leicht verderbenden, und Krämpfe oder Blähungen erweckenden Saft. Das erst im Herbste reif werdende Spätobst hingegen hat einen dauerhaftern aber auch schwerer verdaulichen und leicht die Oefnung hinterhaltenden Saft. Ueber beyde schrie man in alten Zeiten umsonst ein bedenkliches Ach und Wehe: denn die Natur beweißt sich in diesen Geschenken nicht stiefmütterlich, vorausgesetzt, daß man sie recht zu gebrauchen weis.

Unter das Frühobst werden in unserm Vaterlande zuerst die Kirschen gerechnet, deren vorzüglichste Sorten unter den Namen der Maykirschen, spanischen Kirschen oder Weichsel, Glaskirschen, Herzkirschen, Eyerkirschen und Mandelkirschen bekannt sind. Ferner die rothen und schwarzen Maulbeeren, wie auch die Pflaumen, deren schlechteste Sorte unter dem Namen

men der Spillinge bekannt ist. Nicht minder die Apricosen und Pfersiche, und die Feigen, welche letztere doch selten in einem nicht sehr gelinden Clima zu früher Zeitigung gelangen.

Unter das Spätobst gehören Aepfel, Birnen, Quitten, Granatäpfel, Citronen, Pomeranzen, Oliven, Mispeln, welsche Kirschen, oder Cornelkirschen, schwarze und gemeine Brustbeeren, Johannisbrod, und die freylich bey uns nur unter exotische Früchte gehörigen Datteln.

Zu den Früchten, deren Hülle nicht eßbar ist, und wovon nur der Kern pflegt genossen zu werden, die auch ihres öhlichten und mehlichten Bestandtheiles wegen nährender und lindernder sind, als alle vorerwähnte Obstgattungen, und unter den Namen der Nüsse bekannt sind, gehören die welschen Nüsse, die Haselnüsse, die unter dem Namen der Zirbelnüsse bekannte Frucht des Fichtenbaums, die Pistacien oder welschen Pimpernüsse, die Mandeln, und Castanien.

Früchte

Früchte der Sträuche und Kräuter, die sämtlich bald aufhören eßbar zu seyn, wenig nähren und meistens einen säuerlichten Saft haben, sind die Johannisbeere, die Stachelbeere, die Brombeere, die Himbeere, die Berbersbeere, die Hagenbutten, die Trauben, die Heidelbeere, Kräuselbeere. Die, obwohl exotischen, Kappern, die so häufig in Cypern wachsen, kann man auch hieher rechnen, welche von vielen blos für eine unentwickelte Blüthe des dornichten Kappernstrauches gehalten werden. Mit Salz und Eßig eingemacht sind sie vorzüglich nutzbar, aber mehr für ein Gewürz, denn für eine Speise anzusehen. Sie verbessern Appetit und Verdauung, läutern die Eingeweide von Schleim, treiben Harn und Stuhlgang, sind Hypochondristen, paralytischen und quartanfieberhaften Subjecten sehr dienlich. An den großen schmeckt man mit Vergnügen den ihnen eigenen Saft, die kleinen aber schmecken nur nach Eßig und Salzbrühe.

Noch ist von den Erdbeeren, Gurken, Kürbissen, Melonen, Artischocken oder Erdschocken, und Wassernüssen zum Beschluße zu reden

reden. Die Erdbeeren sind eine der früheſten Früchte, wachſen auf Bergen und ſchattichten Orten, durch Gartencultur verbeſſert, ſind ſie unter dem Namen der Breſtlinge bekannt, (worunter der Ananasbreſtling der vornehmſte) und der Grammatiker Servius, welcher für einen Grammatiker noch viel Witz beſas, nannte ſie Maulbeeren, die auf Kräutern wachſen. Ihr Saft iſt weinartig, ſüslich und erquickend, ihr Geruch durchdringend, ihre Farbe roth, ſeltener weiß, und die Nahrung, die ſie geben, iſt dünn und wäſſericht. Man erſieht hieraus, daß ſie anfeuchtend, Durſt und Hitze löſchend, Appetit erweckend, den Leib öfnend, die Nieren reinigend, Verſtopfungen löſend ſind, und daß ſie jungen und gallichten mehr nutzen, als Greiſen und Phlegmatikern. Zu bewundern iſt es, daß, da die Erdbeeren ſo nahe an der Erde wachſen, und den Inſecten ſo zugänglich ſind, ſie nichts giftiges und keinen fremdartigen Geſchmack an ſich nehmen. Man erwählt zur Speiſe die friſchen, großen, weichen, riechenden, rothen, wohl abgewaſchenen, und der Geſundheit gemäß ſtellt man ſie vor und nicht nach dem Eſſen auf, weil ſie bey

langem

langem Aufenthalt im Magen, zumal in einem schwachen, leicht verderben. Am gesündesten sind sie mit etwas Wein, Zucker und Gewürze versetzt. Doch misbilligt es unsre Urschrift nicht, wenn sie auch mit süsser Milch genossen werden.

Unter den Gurken werden die grünen, kleinen, unreifen, nicht zu bauchichten den übrigen vorgezogen, die reifen, oder fast reifen gelben aber dem Pöbel zu essen überlassen. Immer sind sie eine Speise von schlechtem, kaltem und leicht verderblichem Safte, wodurch der Harn stark getrieben, aber auch leichtlich Colik, Durchfall und faules Fieber erregt wird. Wie sie zum Salate bereitet werden ist allgemein bekannt. Die kleinen werden mit Dille, Macis, Gewürznelken, Lorbeerblatt und Eßig eingemacht, und sind um deswillen gesünder, als die andern.

Kürbisse sind mehr in mittäglichen als mitternächtlichen Climaten zum Essen üblich, und werden in letztern kaum reif. Sie sind feucht, unschmackhaft, taub, blähend, mäßigen Durst,

Durst, Hitze und Schärfe, öfnen den Leib, nähren mittelmäßig, und beschweren den Magen nur, wenn sie zu lange darinnen liegen bleiben und verderben. Man kocht sie mit Fleischbrühe zu einem Brei, oder brät sie in der Pfanne, oder macht sie ein, wodurch sie viel Feuchtigkeit und blähendes ablegen, aber nicht so sehr den Leib öfnen. Hitzigen und trocknen Subjecten sind sie nicht unnütze.

Melonen fras weiland Kaiser Tiber sehr gerne. Dioskorides rühmt ihrem Geruche nach, daß er aus Ohnmachten erwecken könne. Roh sind sie eine angenehme Sommerspeise, von süssem angenehmem Geschmack. Verschweigen kann man aber nicht, daß zu reichlicher Genuß davon schädlich ist, und Gallenruhren, Erbrechen und Faulfieber nach sich zieht. Mäßig und mit Pfeffer und Zucker gespeißt, und fremden Wein nachgetrunken, erquicken sie den Magen, löschen den Durst, reinigen die Harnwege, treiben den Harn, schaden aber doch, wenn der Magen schon voll ist, und unterdrücken, nach Sanctorius die Transpiration zum vierten Theile. Die Wassermelonen sind schlechter als sie.

Arti=

Artischocken sind eine kuglichte schuppichte Frucht einer Distelart, sind oben grün und holzicht, unten weiß und fleischicht. Man kocht sie mit Fleischbrühe, und thut etwas Macis und Pfeffer dazu. Sie geben eine mittelmäßige Nahrung, stärken einen schwachen Magen, schaden auch Kranken nicht, haben aber doch etwas blähendes an sich. Sie machen stinkenden Harn, Durst, und stimuliren die Zeugungsorgane.

Die Wassernüsse haben einen weissen und eßbaren Kern. Man bratet diesen, wie die Castanien; sie haben süßlichten Geschmack, geben wenig Nahrung, blähen, verdicken die Säfte, und werden selten auf die Tafeln gebracht.

## Vierter Abschnitt.

## Von der Speise aus dem Thierreiche.

Die Körper des Thierreiches geben eine reichlichere Nahrung, als die aus dem Pflanzenreiche. Diese Wahrheit ist nicht neu, sondern

dern schon den Bewohnern der Vorwelt bekannt gewesen, daher sich auch schon in einer alten dem Hippocrates angedichteten kleinen Schrift die Aeusserung findet, daß die Speisen, welche Garten und Acker liefern, schwach und nicht lange zur Erhaltung des Lebens zureichend seyen. Noch entscheidender zum Lobe der Fleischspeisen schreibt aber Galen, der behauptet, daß das beste Geblüt im menschlichen Körper seinen Ursprung aus wohlgekochtem Fleische nehme. Nicht zugedenken, was der noch frühere Celsus bereits zum Lobe der Nahrung aus dem Thierreiche schrieb, und was der viel spätere Ebn Sina lehrte, daß nemlich ein schlecht gebackenes Brod schädlicher sey, als wenn man rohes Fleisch essen würde.

Inzwischen bedarf doch das Lob der Fleischspeisen einer Einschränkung. Es ist nemlich in Rücksicht auf den gesunden Genuß derselben auf die Menge davon zu sehen, und zu merken, je besser und ausgearbeiteter eine Fleischspeise ist, desto schneller geht sie in Fäulniß, und je mehr man sich des Fleischessens befleißt, desto vollblütiger und geneigter zu fieberhaften

Krankheiten wird man werden. Der große Arzt und Litterator des vorigen Jahrhunderts, Prosper Alpin hat folglich ein Recht gehabt, zu lehren, daß nur mäßiger Genuß der Fleischspeisen der Erreichung eines hohen Alters nicht hinderlich sey, nnd er bewieß dies mit dem Beyspiele der Egypter, deren Lebensart er durch eine Reise in ihrem Vaterlande kennen gelernt hatte.

Mit Grund wachet die medicinische Policey darüber, daß nur Fleisch von gesunden und gehörig geschlachteten Thieren verkauft wird, welche nicht an einer Krankheit gefallen sind deren Säfte nicht wegen der Brunst eine nachtheilige Beschaffenheit angenommen haben, die nicht Gift bekommen, oder mit Kräutern, die Reisen vergifteten, gefüttert worden, welche nicht vom Blitze getödet, oder von wütenden Thieren gebissen oder umgebracht worden sind.

Die Diätetik, welche gleichfalls auf diesen Punct aufmerksam zu seyn Ursache hat, unterscheidet noch ausserdem die Fleischspeisen in Rücksicht auf das Alter, Geschlecht, Vaterland und

und Futter der Thiere, wie auch die Zubereitungsarten, und Classen von Thieren, von welchem allem theils in diesem, theils in den folgenden Abschnitten das wissenswertheste anzutreffen seyn wird.

Altes Fleisch von Thieren, welche die Arbeit abgenutzet hat, ist hart, zähe, mager, bedarf eines langen Kochens, giebt eine geringe, schlechte und unschmackhafte Nahrung. Fleisch von erst zur Welt gekommenen Thieren ist allzuschleimicht, weich, feucht, und mit excrementitiellen Säften erfüllt, ist aber doch leichtverdaulich und nicht so stopfend, wie jenes. Den Vorzug verdient ein Fleisch von einem Thiere mittlern Alters, welches seiner Mannheit beraubt ist. Dieses ist auch dem Fleisch von einem weiblichen Thiere vorzuziehen, hat keine excrementitielle Säfte, giebt eine schmackhaftere Nahrung, und ist von einer wärmern und trocknern Beschaffenheit.

Es ist beynahe kein Land, welches sich nicht rühmen könnte, diese oder jene Speise aus dem Thierreiche in einer vorzüglich guten Beschaffenheit zu besitzen. So rühmt man

vor andern die Grosbrittannischen, Pohlnischen, Ungarischen, Frisischen, Jütländischen Ochsen, die Florentinischen Kälber und Schottischen Schöpse, vom lieben Schweizervieh nicht einmal was zu sagen. So lobt man gleichfalls die Leipziger Lerchen, die Rheinischen Lachse, die Oderkrebse, und Hechte aus der Spree, um von zahlreichen Beyspielen nur wenige zu nennen. Eben so groß ist aber die Verschiedenheit der Fleischspeisen in Rücksicht auf einzelne Orte, wo das Vieh erzogen wird, daher ist das Fleisch schlechter, wenn das Vieh sich in sumpfichten Gegenden aufhält, besser und ausgearbeiteter wenn es auf sommerichten bergichten Orten weidet, und aus gleichen Gründen ist für die, welche es bezahlen können, das Wildpret dem Fleische von zahmen Thieren vorzuziehen.

Um von der Verschiedenheit ein Beyspiel zu geben, welche von der Art der Fütterung abhängt, wollen wir von der Mästung der Schweine reden. Buchecken geben ein weicheres Fleisch, die Frucht des Eichbaums ein etwas hartes, aber auch besseres und angeneh-

nehme-

nehmeres, die Kornmästung ein fetteres, die mit Erbsen ein dauerhafters, und die Zuckerrohre, womit die Schweine auf der Insel Sanct Thomas gefüttert werden, ein äusserst angenehmes und leckerhaftes. Gesunder ist immer das Fleisch von Thieren, die von Producten des Pflanzenreiches leben, als von Raubthieren. In der Mitte steht das von Thieren, die, gleich den Menschen, von Kräutern und Fleisch zugleich leben, (wie z. B. das Schwein, welches Leichen auswühlt und frißt, die Kaze, das Leckerbisschen hungriger Franzosen, die Ente, welche sich von Kraut und Insecten zugleich nähret). Am sichersten läßt sich immer das von den ersten, denn auch von den zweyten geniessen, Raubthiere frißt wohl niemand, wenn nicht eine Hungersnoth den Eckel vor ihrem stinkenden Fleisch überwindet.

Besser, weicher und saftiger, leichter verdaulich und nährender ist allezeit das frische Fleisch; minder werden diese Eigenschaften an dem bemerkt, welches in Eßig eingebeizt, oder in eine Sulz verwandelt, oder eingesalzen, oder auch geräuchert ist. Am schwersten ver-

daut sich das Fleisch von vierfüßigen Thieren, giebt aber eine reichlichere und derbere Nahrung; leichtverdaulicher und gesünder, aber in Rücksicht auf die Wiederherstellung der Kräfte nicht so dienlich ist das Fleisch der Vögel; meistentheils zieht das Fleisch der Fische keine schwere Verdauung nach sich, nährt aber weniger, und scheint sich mehr von der Natur unsers Körpers zu entfernen.

# Fünfter Abschnitt.

## Von der Speise, die aus den Körpern vierfüßiger Thiere bereitet wird.

Die erste Abtheilung dieser Classe enthält das Fleisch von dem, was man Hornvieh nennet. Davon ist folgendes bemerkenswerth. Das Kalbfleisch ist feuchter, zarter, fähiger sich in gutes Blut zuverwandeln, und erfodert wenig Mühe, um verdaut zu werden. Vorzüglich nutzbar sind die Braten davon, wie auch das gesottene, wenn geruchreiche Kräuter, oder Saamen damit gekocht werden. Von einem

einem vierzehntägigen Kalbe ist es ziemlich zähe, von einem zwey monatlichen zu trocken, folglich in beyden Fällen nicht so gesund und angenehm, als von einem Kalbe von drey oder vier Wochen. Doch erhält sich das Fleisch von einem gemünchten Kalbe, welches noch an der Kuh zu saufen fortfährt, ein halbes oder ganzes Jahr in seiner zarten Beschaffenheit. Rindfleisch ist trockner, als das vom Kalbe, feuchter, als Ochsenfleisch, und zumal zu Fleischbrühen nicht undienlich. Fleisch vom verschnittnen Ochsen wird, weil er zum Zuge gebraucht wird, schwerverdaulicher, giebt aber ein sollderes Nahrungsmittel, als Kalbfleisch, für Leute, die sich harten Handarbeiten widmen. Kindern muß man es mit Behutsamkeit (oder besser gar nicht) geben, da es, seiner schweren Verdauung wegen, Anhäufungen in den Eingeweiden und Fieber nach sich zieht. Fleisch vom Farren, oder Dorfbrümmel, ist stinkend, derb, hart, unangenehm schmeckend, schwer verdaulicher, als irgend eines, und giebt eine dicke und schlechte Nahrung. Kühfleisch ist meistens wohl betagt, daher schwer verdaulich, und macht dicke Säfte.

Die zweyte Abtheilung begreift das Fleisch der Schaafe in sich. Lammfleisch war ehmals die Zierde der vornehmen Tafeln, heut zu Tage macht man nicht viel Gebrauch davon, weil es zu feucht, zu zähe, und nicht leicht im Körper als Nahrung zu verbreiten ist. Doch ist Fleisch von Jährlingen, die auf trockner Weide, die aromatische Pflanzen hat, zu laufen pflegen, schmackhafter, gesünder und leicht verdaulicher, folglich, wie das Kalbfleisch, allen dienlich, die keiner sehr soliden Nahrung bedürfen. Gebraten ist es dienlicher, als in einer andern Gestalt. Schaaffleisch ist besser im Frühlinge, wegen der frischen guten Weide, schlechter im Sommer. Alte Schaafmütter, die schon oft gelammt haben, führen einen schlechten, zähen excrementitiellen schwerverdaulichen Saft, ihre eckelhafte Fettigkeit reizt zum Erbrechen und Stuhlgange. Junge Schafmütter haben diese schlechten Eigenschaften nicht in so hohem Grade, daher kann ihr Fleisch eher genossen werden. Schöpsenfleisch ist in dieser ganzen Gattung das beste, schmackhafteste, reichlich und gutnährend, der Transpiration dienlich. Es muß mit der Keule geklopft werden,

werden, damit es zart wird. Alte Schöpse sind schwerer verdaulich, beschweren einen schwachen Magen, machen Verstopfung, schaden ihres Fettes wegen, und geben zu Coliken Gelegenheit. Einjährige oder zweyjährige Schöpse, die in trockner Luft und bergichten Orten weiden, und nicht allzufett sind, geben das beste Fleisch in ihrer Art. Das Fleisch vom Widder, oder Schaafbocke wird billig nicht auf die Tafel gestellt, da es schwerverdaulich ist, schlecht nährt, und stinkend riecht und schmeckt. Aetius von Amyda sagt, er wisse nach dem Bockfleische kein schlechteres.

Dies letztere ist jetzo in der dritten Abtheilung zu betrachten. Fleisch von Zicklein, um der deutschen Sprache der Israeliten einen Ausdruck abzuborgen, ist bey den ganz jungen beynahe vor Feuchtigkeit zerfliessend, bey zu alten schon bocksmäßig stinkend. Die da noch saugen, und zwey oder drey Monate alt sind, und noch nichts als Milch genossen haben, geben eine dünne, gute, leichtverdauliche Speise, daher sich ihr Fleisch, sonderheitlich im Frühjahr und gebraten, vorzüglich schwachen,

sitzenden, und Wiedergenesenden mit Zustimmung aller Aerzte anpreißt. Vom Ziegenfleisch hielt der philosophische Bock Aristoteles nicht viel: die Ziegen, sagt er, sind immer krank; Varro sagt, sie seyen fast immer trächtig; und Plutarch läßt sie vorzüglich an der fallenden Sucht leiden. Manche trauen den Ziegen auch nicht, weil sie Niesewurz und Schierling zu fressen pflegen. Unsere Urschrift bemerkt, daß all dieser Tadel Einschränkung verdiene, daß aber doch Ziegenfleisch zumal im Herbste, trocken, hitzig, mager, stinkend, von schlechtem, dickem und scharfem Safte sey, im Frühlinge und Sommer aber vor einen wohl verdauenden Magen, wie der vom Athleten Klitomachus war, weil es besser, angenehmer und wohlriechender sey, mit Nutzen für die Gesundheit genossen werde. Das Fleisch derjenigen Böcke, die man schon in der Jugend ihrer Bockheit beraubt hat, wird ausserordentlich fett, und giebt kein übles Nahrungsmittel. Jedoch werden diese gehörnten Castraten sich mehr auf die Tafel schicken, ehe sie Hörner haben, als wenn der Ansatz von diesen bezeugt, daß sie schon etwas bey

Jahren

Jahren sind. Das Fleisch des mit seiner ganzen Bockheit nach prangenden Meister Ziegenbockes, ist, wie alles Fleisch nicht entmannter Thiere, hart, stinkend, eckelhaft, und schwer zu verdauen, von schlechten Nahrungssäften, daher zur Speise höchst verwerflich.

In der vierten Abtheilung haben wir von dem Fleisch der Schweine zu reden. Das Ferkel, oder noch saugende Schwein, giebt ein sehr feuchtes, schleimichtes, mit excrementitiellen Säften angefülltes, geringnährendes, und leicht transpirirendes Fleisch. Gebraten ißt es sich am besten, daher denn auch ganze gebratene Spanferckel die Tafel unsrer geistlichen und weltlichen Freshelden zu zieren pflegen. Das Schwein im engern Verstande, oder der desjenigen Talents beraubte Eber, um das er von manchem damit nicht so reichlich versehenen Menschen beneidet wird, giebt wenn es nicht zu alt ist, wohl mit Eicheln und Korn gemästet worden, wenn sein Todestag in das Ende oder den Anfang des Jahres fällt, und es weder zu fett noch zu mager durch die Mästung wurde, ein Fleisch, dem Hippokrates

und

und Galen das vorzüglichste Lob ertheilen: jener nennt es das beste, und dieser das nahrhafteste Fleisch. Vermöge der Analogie der Menschen mit den Schweinen, findet sich zwischen Menschenfleisch und Schweinefleisch eine so große Uebereinstimmung, daß, wie Galen erzählt, weiland Bösewichte von Gastgebern ihren Gästen jenes an der Stelle von diesem vorzusetzen pflegten, und der Betrug weder durch den Geruch noch durch den Geschmack zu erkennen war. Wegen seiner schleimichten zähen Beschaffenheit verdaut sich das Schweinefleisch zwar etwas langsam, allein, wenn es einmal verdaut ist, so giebt es ein dauerhaftes Nahrungsmittel wobey sich, wie das Beyspiel der Fechter und Ringer der alten Griechen bewies, (und heut zu Tage das von den helvetischen Klopffechtern noch beweißt) die Kräfte wunderbar vermehren und erhalten. Doch müssen sich dieser starken Nahrung nur mäßig oder lieber gar nicht bedienen, die Greise, die mit Blähungen beschwerten, die nicht mit Geschäften es können verdauen helfen, wie auch die Leute von gallichtem Temperamente, und die von etwas schwachem Magen: denn

reichlicher Genuß des Schweinefleisches verursacht solchen Subjecten Verstopfungen, zähes Blut, und bey denen, die Fieber gehabt haben, Rückfälle in dies Uebel. Sanctorius merkt an, daß das Schweinefleisch nicht nur selbst nicht transpirire, sondern auch die Transpiration anderer Nahrungsmittel hinterhalte. Noch ist hinzuzuthun, daß sich das frische Schweinefleisch leichter verdaut, als das eingesalzene, oder geräucherte welches unter dem Namen des Dürrfleisches bekannt ist, und zu Wasser und Lande fleißig gespeißt wird. Denn sowohl dies Dürrfleisch als auch das eingesalzene macht, wenn man zuviel davon ißt, dicke Säfte, verdaut sich schwerer, als das erwähnte frische, und verursacht Verstopfungen und Schwere im Kopfe. Von dem Fleische des Ebers kann man nichts rühmlichers sprechen, als was von dem Fleische anderer nicht geschnittenen Thiere bisher gesagt worden. Das Bachenfleisch, oder Fleisch der Schweinemütter, ist, weil die Bachen erst geschlachtet zu werden pflegen, wenn sie Junge zu werfen aufhören, alt, und giebt dicken Nahrungssaft, verdaut sich ausserordentlich schwer, ist folglich nur Leuten anzurathen, die eine äusserst rauhe Lebensart führen.

Von

Von dem Fleische der Hunde, Kazen, Esel, Pferde, Kameele und Elephanten hat ein diätetischer Schriftsteller, welcher vorzüglich für deutsche Leser schreibt, nichts zu sagen.

In der sechsten Abtheilung dieses Abschnittes kommen diejenigen Arten von Wildpret in Betrachtung, welche in Deutschland am üblichsten zur Speise sind. Wir sprechen in dieser Absicht zuerst vom Hirschfleische. Der Arzt von Pergamus vergleicht es mit dem Fleische des Esels, der von Cos sagt, es erwecke Leibesverstopfung und der Sohn des Sina leitet gar das Quartanfieber davon her. Von alten Hirschen, wie auch von denen in der Brunst, welche zu Ende des Augustmonates anfängt, und den September hindurch dauert, mag das so unwahr nicht seyn. Aber das Fleisch von Spieshirschen, die vor dem Ansetzen der Kolben verschnitten worden, ist das Fleisch, auch wenn das Thier schon dreyjährig ist, zarter, feuchter, schmackhafter, leichtverdaulicher, und ein so gesundes als vornehmes Essen. Die jungen Hirsche aber, welche nach der Nachricht von Julius dem Alexandriner, weiland

weiland den Hirschkühen pflegten aus dem Bauche herausgeschnitten zu werden, geben ein schleimichtes, unausgearbeitetes, ungesundes Fleisch. (Die Lecker und Schlemmer schneiden die Hirschkolben in Scheiben und lassen sie dämpfen. Sie geben eine sulzichte und angenehme Speise.)

Das Fleisch vom Dammhirsche ist mit dem Rehfleische zu vergleichen, wovon wir jetzo reden wollen. Celsus setzt dasselbe unter die starknährenden Speisen. Simon Sethi giebt ihm (den freylich übertriebenen) Lobspruch, daß unter allem Wildpret dasselbe sich am besten zur Ernährung des menschlichen Körpers schicke. Gewiß ist, und dies gilt noch mehr von ihm als dem Fleische des Dammhirsches, daß es zart, angenehm, mäßig wildernd, und von leichtverdaulichem gutem und reichlich nährendem Safte ist. Vom jungen Rehbock ist es noch zarter und feuchter, vom alten trockner und fester. (Das beste kömmt vom zweyjährigen Thiere, und ist vorzüglicher, als Hirschfleisch. Der Ziemer ist daran das beste, und nach diesem der Schlegel.)

Der

Der Haase ward von jeher, ausser von den Raubthieren, auch gerne von Menschen gespeißt. Die Alten lobten sich den Bug, die neuern den Schlegel und den Ziemer. Haasen aus dem Leibe der Mutter geschnitten empfahl man in vorigen Zeiten schwachen und wiedergenesenden zur Speise, obschon diese Nahrung ihrer schleimichten Beschaffenheit wegen, nicht viel taugt. Das beste Haasenfleisch kommt vom Haasen der zwey, bis acht Monate alt ist, zumal von Ramlern, wenn sie nicht rammeln, und im Spätlinge geschossen worden. Dieses ist zart, angenehm, leichtverdaulich, wohlnährend. (Vom Ramler, welcher Ansprüche auf das Seniorat machen kann, taugt, wie Plenks geübter Gaum bemerkt, das Fleisch nichts, ist hartverdaulich und unschmackhaft. Zuviel Haasenfleisch zu essen ist schädlich, denn der Magen wird dadurch beschwert, und Schlaflosigkeit verursacht. Ob man, wie Plenk meint, die Bleycolick bekomme, wenn man einen Haasenschrot verschluckt hat, mag noch durch Wahrnehmungen zu bestätigen seyn.)

Das

Das schwarze Wildpret, oder Fleisch vom wilden Schweine, soll nach der Meinung des (in gutem Essen und Trinken freilich wohl geübt gewesenen) Verfassers unsrer Urschrift alles rothe Wildpret an Güte weit hinter sich zurücklassen. Die fleißige Bewegung, welche sich wilde Schweine machen, arbeitet ihr Fleisch ungemein wohl aus, macht es trocken und zart. Im Frühlinge giebt ihm die Mast mit jungen Schößlingen der Bäume, und im Spätlinge die mit Eckern und Obste sehr gute Qualität, die beym zahmen Schweinefleisch nicht ebenso angetroffen wird. Das Fleisch von Frischlingen, das ist zwey Monate alten wilden Ferkeln, übertrift andres an Zartheit, Leichtverdaulichkeit, Annehmlichkeit im Geschmacke und Gesundheit. Das vom alten Schweine ist härter, zäher, schwerverdaulicher, und dient nur robusten Leuten. Zur Zeit der Brunst ißt man weder vom Keuler noch von der Lene, weil ihr Fleisch dennzumal abscheulich stinket. (Man siedet, bratet, und pöckelt und sulzet schwarzes Wildpret ein. Plenk merket an, daß es sich lange vor der Fäulnis verwahren lasse.)

Die siebente Abtheilung unsers Abschnittes enthält Wildpret, welches ungesunder, zum Theil auch widriger, als alles vorige ist, und daher selten oder nicht gespeißt wird. Dahin gehören die Kaninchen, (Meerschweinchen, *) Gemsen, (Steinböcke) wilden Esel, Büffel, Eichhörnchen, Ygel, Bären, Dachse, Löwen, Wölfe, Füchse, Ratzen und Mäuse.

Noch ist von denjenigen Theilen vierfüßiger Thiere zu reden, woraus sich, neben dem schon erwähnten Fleische, die Menschen Speise zu bereiten pflegen. Die Leber, um der Anleitung unsrer Urschrift auch hier getreu zu bleiben, ist von dickem schwerverdaulichem Safte, und geht schwerer in das Blut über. Vom Kalbe und Ferkel ist sie minder ungesund. Billig enthält man sich des Milzes, als eines ungenießbaren, wenignährenden, mit schlechtem Safte versehnen Körpers. Die Nieren, zumal von Ziegenböcken, sind stinkend, hart, feste, schwerverdaulich, übelschme-

ckend

*) Cauia porcellus L. Von diesen und den andern s. das Plenkische und Zückertsche Werk.

ckend, von dickem Safte. Doch kann man mit minder Schaden für die Gesundheit die Nieren der Zicklein, Ferkeln und fetten Kälber geniessen. Das Herz ist faséricht, hart, schwerverdaulich. Doch, zumal von jüngern Thieren genommen, nährt es den wohl, der es gut verdauen kann. Die Lungen sind leichtverdaulich, nähren aber schlecht. Ihnen ähnlich sind die Prostaten (Vorsteherdrüsen) die große Brustdrüse u. d. gl. Von Milch strozende Euter führen für einen sie wohlverdauenden Magen einen guten nahrhaften Saft. Von Schweinemüttern, welche im Oesterreischen und Schweizerischen Deutsche Mohren auch Mistmohren heissen, wie auch von säugenden Schaafmüttern und in der Blüthe der Jugend stehenden Kühen werden sie zur Speise vorgezogen. Die Hoden, zumal von Keulern und Ebern, wie auch von Hähnen, erfodern einen starkverdauenden Magen, wenn sie eine nährende Speise seyn sollen. Ihres Gestankes wegen kommen sie aber schwerlich auf eine Tafel, die Wohlstand beobachtet. Zungen sind schwammicht, angenehm und leichtverdaulich, doch geben sie nur eine schlei-

mächte nicht allzusolide Nahrung. Gehirne sind von einem dicken, zähen, schwer ins Blut übergehenden, leicht eckelhaft werdenden Safte, den man mit Gewürzen verbessern muß. Am liebsten schmausen die Lecker das Gehirn von Hünern, Capaunen und Pfauen. Das Rückenmark ist noch härter und eckelhafter, als das Gehirn; doch sagt Galen, es nähre wohl, wenn man es verdauen könne. Das Fett ist unter allen Theilen der vierfüßigen Thiere am schwersten zu verdauen, taugt nur für robuste Leute, schwächt den Tonus der festen Theile, verderbt leichtlich den Appetit und macht Eckel, wird leicht ranzicht, und taugt daher nicht für gallichte und hitzige Subjecte.

Die Säfte der Thiere, welche der Mensch zu seiner Nahrung zu gebrauchen pflegt, sind nun auch zu betrachten. Das den Juden, aus diätetischen Gründen von ihrem Gesetzgeber untersagte Blut, wird selten allein gespeißt. Aber in sogenannten Pfeffern, wie der Haasenpfeffer oder Gänsepfeffer, wie auch in Blutwürsten, oder sogenannten Blunzen, erscheint es zuweilen auf christlichen Tischen. Homer

fras

fras am liebsten Bocksblut, Galen den Haasenpfeffer, der Verfasser unsrer Urschrift Blunzen. Dem ohngeachtet kann man aber nicht bergen, daß das Blut, zumal vom Rindvieh, äusserst schwer zu verdauen ist, und einen dicken Nahrungssaft giebt. (Mit grossem Rechte verdammt Plenk die Blutwürste, weil das Blut leicht im Magen fault, und der Speck darinnen ranzicht wird.)

Das Mark verdient unter allen fetten Körpern den Vorzug. Doch darf es nicht zu reichlich, und ohne Salz genossen werden, nicht zu alt seyn, und gallichte Subjecte müssen sich seiner enthalten. Am besten ist das von Rindern, Schöpsen, Kälbern und Haasen.

Die Eigenschaften der Milch lassen sich aus ihren Bestandtheilen begreifen. Der wässerichte oder seröse Theil ist der dünnste, der käsichte der dickste, der dritte oder Rahm, der fetteste. Am unschädlichsten überhaupt ist diejenige Milch, worinne der seröse Theil die Oberhand hat, denn diese ist nicht geneigt zum gerinnen, wird sehr leicht verdaut, geht

geschwind durch die Masse der Säfte durch, ernährt den Körper sehr wohl und macht offnen Leib. Nach dieser Angabe kann jeder an sich selbst prüfen, ob ihm die Milch der Kuh, des Schaafes, der Ziege oder der Eselinn am dienlichsten sey. Die Kuhmilch ist unter allen am dicksten, fettesten und am wenigsten mit Serum versehen, und dampft man das wenige, was sie hat, beym Einkochen ab, so wird sie ein stopfendes Mittel, welches mit Beurtheilung in Durchfällen anzuwenden ist; übrigens ist sie nahrhafter, als irgend eine andre Milch, verdaut sich aber schwer, vertheilt sich nicht leicht in den Säften, gerinnt leichtlich, und macht gerne Verstopfungen in den Eingeweiden. An Dicke, Reichthum an käsichten Theilen, und Fettigkeit, wie auch an Mangel des Serums kömmt ihr die Schaafmilch am nächsten. Sie nährt stark, weil sich aber ihr käsichter Theil schwer verdaut, so beschwert sie den Magen, und mischt sich langsam mit den Säften. Die sehr unschicklich im Deutschen den Namen Eselsmilch tragende Milch der Eselinn ist am reichlichsten mit Serum versehen, nährt aber am wenigsten, geht leicht durch den

Stuhl.

Stuhlgang, gerinnt selten oder nie im Magen, besonders, wenn sie etwas weniges gesalzen wird. Schon Vater Hippokrates lobte ihren Gebrauch sogar in Fiebern der hitzigsten Art. Schwindsüchtige, mit Steinbeschwerden geplagte, und Podagristen trinken sie mit vielem Nutzen. Die Ziegenmilch ist einer mittleren Art, nicht zu fett noch zu dicke, nicht zu wässericht, und an Consistenz und Heilkräften halb der Kühmilch und halb der Milch der Eselinn gleich, wird frisch gemolken von Gichtbrüchigen, Engbrüstigen, Scorbutischen und Hypochondristen, wie auch in der Gallenruhr und gallichten Durchfällen mit Nutzen getrunken. (Pferdemilch und Cameelsmilch überläßt man heut zu Tage den nomadischen Horden Asiens, die sich damit nähren, und den Bewohnern des uncivilisirten Theils von Rußland.)

Noch ist von der Milch überhaupt anzumerken, daß sie im Winter dicker, im Frühlinge dünner, in Sommer einer mittlern Consistenz ist. Die Frauenmilch ist unter allen am meisten temperirt, und zu Curen am tauglichsten. Milch von einem Thiere, welches

erst wenig Tage ein junges gebracht hat, heißt in der Sprache der Viehhirten der Kühpriester, im lateinischen Colostrum und verdaut sich langsam, vertheilt sich mühsam in den Säften, die es dicke zu machen pflegt. Das Colostrum der Kindbetterinnen wird den Säulingen blos gegeben, um damit das Kindspech hinweg zu purgiren. In dieser Absicht läßt man sie dasselbe zwey Tage nach der Geburt trinken, sobald sie sich aber genugsam gereinigt haben, hält man damit inne und milkt es der Amme weg. *)

Die

*) Die Lehre von der Milch ist in der Diätetik eine der interessantesten und reichhaltigsten. Der Verfasser unsrer epitomirten Urschrift hat sie in kleinen akademischen Schriften noch weiter ausgeführt, welche wir nebst andern hieher gehörigen im dritten Bande unsrer Uebersetzung des Tissotischen Werkes von den Nerven von S. 171. an theils angezeigt, theils in Auszüge gebracht, und dadurch Tissots eigenen höchstlesenswerthen Vortrag über diesen Gegenstand ergänzt haben. A. d. U.

Die vornehmsten Zubereitungen aus Milch sind die Molken, der Käse, und der Butter, wovon wir jetzo insonderheit sprechen müssen.

Das Resultat der durch Säuren bewirkten Scheidung des wässerichten Bestandtheils der Milch von den übrigen wird Molke, das geronnene aber, welches sich bey dieser mit Hülfe eines gelinden Kochens zu Stande kommenden Operation zu Boden setzt, der Zieger genannt. Die Alten kannten schon beydes, und ihr Lac scissile war eine durchgesiegene mit etwas Honig oder Sauerhonig versetzte Molke, deren sie sich zu gelinden Abführungen bedienten. Die Heilkräfte einer jeden Molke, sie sey geschieden mit welcher Art von Säure sie wolle, sind groß und manchfaltig. Sie feuchtet an, verdünnt, lößt auf, öfnet, löscht Durst und Hitze, verbessert die Galle, reinigt innere Theile, macht den Wein unschädlich, treibt Urin und Stuhlgang. Die beste wird im Monat May aus der Ziegenmilch bereitet, und früh mit ein wenig Zucker getrunken. Alle Molke verdient mehr den Namen einer Arzney, denn eines Nahrungsmittels. In grosser Menge

ist sie purgirend, in kleiner nur ein Verbesserungsmittel der Säfte.

Buttermilch ist diejenige Milch, wovon der butterichte Theil geschieden ist, die aber den käsichten noch in sich hat, der sich, wenn sie länger als einen Tag stehen bleibt, selbst davon scheidet. Sie kühlt und reinigt, stimmt hierinn mit der Molke überein, und dient, wie sie, in Fiebern, Gallenkrankheiten, Hitze und Durst. Reichlich genommen führt sie ab, auch giebt man ihr Schuld, daß sie unter diesen Umständen zuweilen Brüche oder Carnöffel verursache.

Der Käse ist das Resultat einer andern Operation mit der Milch, wobey der wässerichte Theil ganz, nicht aber allezeit auch der butterichte davon geschieden wird. Der beste Käse ist der, welcher nicht zu jung und weich, sondern eines mittlern Alters ist, wohl riecht und schmeckt, mäßig gesalzen ist, und nicht zu viel Fett in sich hat, das Mittel zwischen dick und dünne, compact und locker, zähe und brüchig, hält, und aus guter Milch von gesun-

dem

dem eines guten Weidganges geniessendem Vieh im Frühling oder Herbst bereitet worden. Wenn man von diesem nicht zu viel nimmt, so ermuntert er einen schwachen Magen, macht nicht allzuviel Durst, erschwert die Verdauung und den Stuhlgang nicht zu sehr, und ist ein solides Nahrungsmittel für gesunde und robuste Leute, deren Kräfte dadurch zunehmen. Ein alter, wurmstichiger, scharfer, salzichter, trockner, harter Käse giebt schlechte Säfte, beschwert den Magen, verdaut sich langsam, macht Blähungen, Leibesverstopfung, und Anhäufungen in den Eingeweiden. Durstige, Krätzige, an Stein oder an der Galle leidende, geniessen ihn mit Schaden, zumal wenn er keine Fettigkeit hat, und so trocken ist, wie ein Bimsenstein. Schaafkäse ist lieblicher als andre, leichtverdaulich, und nährt zwar sparsam aber gut; Diemerbröck will den grünen (welcher in der Schweiz den Namen Schabzieger führt) sogar zu einem Präservativ wider die Pest erheben. Der Kühkäse ist nahrhafter; aber auch schwerer zu verdauen, und geht nicht so leicht in die Masse der Säfte über. Wenn er mit aromatischen Saamen und Kräutern

tern vermischt ist, befördert er die Verdauung. In dieser Hinsicht lobt Johnston den pohlnischen Käse, der aus gleichen Theilen des butterichten und käsichten Bestandtheils der Milch besteht, und welchem bey der Bereitung Senfpulver zugesetzt wird. Ziegenkäse ist schlechter und ungesunder als die vorigen, wird leicht dürre, kann nur frisch gespeißt werden, ist aber seiner Schärfe wegen, sehr zu verwerfen. Der sogenannte Mayzieger wird im Monat May durch das Einkochen der Molken bereitet, und schadet dem Magen minder, löscht den Durst, und bringt Schlaf; aber phlegmatischen und nervensiechen Leuten ist er minder dienlich. Die gestandene Milch ist auch eine Art von Käse, in flüssiger Gestalt.

Noch ist von dem ölichten und fettichten Bestandtheile der Milch zu reden, welcher sich in den Milchtöpfen oben ansetzt, und unter dem Namen des Rahms bekannt ist. Man genießt denselben im Sommer vorzüglich mit Zucker bestreut, als eine angenehme Erfrischung. Wenn dieser Rahm durch das Umtreiben im Butterfasse von den übrigen Bestandtheilen der

Milch

Milch abgesondert und in eine solide Gestalt gebracht wird, heißt man ihn Butter. Sein Gebrauch hat nach und nach fast allenthalben den Gebrauch des Oels zum Schmelzen der Speisen verdrungen. Er ist ein linderndes, Schärfe einhüllendes Nahrungsmittel, und in nicht wenig Arten von Giften ein Gegengift. Er ist der Brust dienlich, führt ab, erleichtert den Durchgang der Steine durch die Nieren, nährt mit Brod gegessen wohl, verdaut sich aber langsam, und vermischt sich nicht schnell mit den Säften. Im Uebermasse genossen, erweckt er Eckel, vermindert die Eßlust, erschlappt den Magen, wird im Magen von hitzigen Subjecten leicht ranzicht, und schadet vornehmlich gallichten, engbrüstigen, krätzigen, scorbutischen und hysterischen Subjecten. Mayenbutter, der etwas gelblicht und angenehm schmeckend ist, wird dem weissen und zu andrer Zeit verfertigten mit Recht vorgezogen. Alter Butter hat schon einen widerwärtigen Geruch und Geschmack, und je zäher und schärfer er ist, desto mehr verursacht er Verstopfungen. Galen hält den Kühbutter, Dioskorides den Schaafbutter für fetter, gewiß ist letzter

schlechter

schlechter und wird leichter ranzicht. Viele Schriftsteller empfehlen den Butter zum Nachtisch, manche zur Vorspeise.

# Sechster Abschnitt.

## Von der Speise, die aus den Körpern der Vögel bereitet wird.

Da die Vögel im Ganzen sich mehr Bewegung machen, als die vierfüssigen Thiere, und von trockenern Nahrungsmitteln und in einer reinern und trockenern Luft leben, so ist die Nahrung, die aus ihnen bereitet wird, zarter, gesunder, leichter verdaulich, aber auch nicht so reichlich und dauerhaft, wie von jenen. Gleichwie nun erstere mehr den robusten, so ist diese den schwachen und Leuten von sitzender Lebensart zu empfehlen. Man sieht in der Auswahl der Vögel, die zur Speise gebraucht werden sollen, auf ihr Alter, ihren Aufenthalt, ihr Futter, ihre Lebenszeit, und die verschiedenen

denen Zeiten im Jahre, worinn sie am besten zum Essen taugen.

In Ansehung des erstern ist zu bemerken, daß Vögel von mittlerem Alter oder etwas jünger die vorzüglichsten sind. Denn sehr alte sind so ledern, daß sie sich weder gut kochen noch verdauen lassen, und Kichlein sind allzu schleimicht. Was den Aufenthalt betrift, so werden die Waldvögel den Feldvögeln, letztere den Sumpfbewohnern, wie auch dem Geflügel in Städten und Höfen vorgezogen. Das Fleisch eingesperrter Vögel wird schlechter, weil es ihnen an der nöthigen Bewegung fehlt. Fleischfressende Vögel sind billig von den Tafeln verbannt, hingegen kernfressende tafelmäßig, und zwar noch mehr, als die, welche sich zugleich von kleinen Fischen und von Insecten zu nähren pflegen. Man speißt ferner keine Vögel zur Zeit der Hecke und des Brütens, denn sie sind dazumal dürr und unschmackhaft. Vögel endlich, die von Getraide leben, wie die Feldhüner, sind besser im Sommer, die von Trauben, Feigen und Obste leben, im Herbste, Wasservögel am besten im Winter.

Unsre

Unsre Abhandlung wird alle Vögel in zahme und wilde; und beyde wieder in Landvögel und Wasservögel abtheilen.

Unter den zahmen eßbaren Vögeln ist zuerst derjenigen zu gedenken, welche das Hünergeschlecht ausmachen. Dazu gehören die jungen Hüner, oder Kichlein, die man zum Essen zwey Monate, höchstens nicht mehr als drey Monate alt wählt, und die nur mäßig fett und fleischicht seyn müssen. Es giebt keine unschädlichere leichtverdaülichere Speise die so sehr, als diese, Wiedergenesenden, Leuten von sitzender Lebensart, und Wöchnerinnen, wegen der schnellen und guten Nahrung, die sie giebt, zu empfehlen wäre. Wegen der Feuchtigkeit und Zärtlichkeit des Fleisches sind aber gebratene Hünchen andern vorzuziehen. Die Hennen geben eine leichtverdauliche Nahrung von gutem und reichlich nährendem Safte, daher das Essen des Hennenfleisches gutes Blut, viel Nervensaft, Lebenswärme und gute Farbe des Körpers zu verschaffen pflegt. Die einjährigen Hennen sind die besten, hauptsächlich die vom Februar und März. Schlechter sind die alten, magern,

magern, gluchsenden und brütenden, auch die weissen, die minder langsam leben und fruchtbar sind. Man lobt sich die schwarzen, jungen, mittelmässig fetten, die noch keine Kichlein ausgebrütet haben: denn die vom Hahn noch nicht getretenen Hennen haben ein leichteres und zarteres jedem Alter gleich gut genießbares Fleisch. Junge Hennen sind am besten gebraten, alte aber muß man sieden. Es giebt auch castrirte Hennen (die bey den Franzosen den Namen Poulardes führen) deren Fleisch man, seiner Weisse, Leichtverdaulichkeit und Zartheit wegen anderm Hünerfleische vorzieht. Die Hähne haben ein harteres trocknerres Fleisch, welches minder gut schmeckt und verdaut wird, es sey denn von jungen Hähnen, die noch keine Hennen getreten haben. Brühen von altem Hahnenfleische sind eher als eine Arzney zu betrachten, schmecken salzicht, sind eröfnend, windtreibend, laxirend, und werden in Fiebern, Gliederzittern, Aufblähungen und andern dergleichen Uebeln sehr dienlich geachtet. Das Fleisch der Capaunen oder combabisirten Hähne ist angenehmer schmackhafter, weicher, zärter, fetter, leichtverdaulicher, und



Bayerische Staatsbibliothek MÜNCHEN

nährt unter allem Vogelfleische am besten, und erzeugt viel gutes Blut. Daher giebt man Schwindsüchtigen, Entkräfteten, von langen Krankheiten sich erholenden Leuten Brühen von mit Fleisch und Knochen zusammen zerstossenen Capaunen, und es ist abgeschmackt, sie den Podagristen zu versagen, weil der Aberglaube das Podagra von dem Genusse dieses Fleisches herleitet.

Das Taubengeschlecht, als die zweyte für Menschen so wie für Raubthiere gleich gut eßbare Vögelfamilie, giebt uns zu folgenden Bemerkungen Anlas. Junge Tauben haben ein feuchteres, leckerhafteres, zarteres, leichtverdauliches Fleisch, als ältere Tauben, doch muß man zur Speise nicht solche wählen, die noch keine Federn haben, sondern die welche schon mit einem Pflaum bedeckt sind, und zu fliegen anfangen. Unter den ältern Tauben zieht man die Dorf- und Thurmtauben den Stadttauben vor, so wie die vom Frühjahre denen vom Herbste, und die jungen den alten. Man lacht billig über die Araber, welche sie für eine ungesunde Speise ausgaben, und stimmt

den Griechen bey, welche dem Taubenfleische die nächste Stelle bey den Hennen und Rebhünern anweisen, und einsehen, daß es eine leichtverdauliche wohlschmeckende und nährende Speise ist, die sich hauptsächlich für Leute schickt, die arm an Blut und Lebenswärme und Kräften sind. Täuber haben ein trockneres, härteres, schwerverdaulicheres, und zumal wenn sie alt sind, Verstopfungen verursachendes Fleisch. Verdient ein Taubenfleisch Tadel, so ist es das ihrige.

Pfauen werden heut zu Tage sehr selten auf der Tafel erscheinen. Ihr Fleisch ist von schlechterem Safte, sehr faſericht, hart und schwer zu verdauen, und wiedersteht lange der Verwesung. Will man Pfauen speisen, so muß man junge und zwar im Sommer zweytägige im Winter viertägige wählen, denen ein Stein an den Hals gehängt wird, wenn man sie aufhängt, um sie zu erwürgen. Man säubert sie hierauf wie jeden andern Vogel, stopft sie mit Gewürzen aus, und backt sie in einer Pastete.

Von welschen oder calecutischen Hähnen oder sogenannten Consistorialvögeln sind die jungen von zwey oder drey Monaten ausserordentlich zart, wohlschmeckend, leichtverdaulich, und geben viel und gute Nahrung. Wenn man die ältern wie auch die Hennen im mittlern Alter schlachtet und einige Tage vor dem Verspeisen in freier Luft aufhängt, so erhält man von ihnen gleichfalls ein schmackhaftes, zartes, leichtverdauliches Fleisch, welches eine weichliche und dauerhafte Nahrung giebt, die Kräfte wiederherstellt, sich für jedes Alter und Geschlecht schickt, und den Capaunen an Annehmlichkeit und gutem Safte sehr gleich kömmt. Alte Hähne und Hennen haben ein hartes Fleisch, welches nur mit Mühe verdaut werden kann. (Plenk erinnert mit Recht, es sey eine Fabel, daß der Kopf des welschen Hahns giftig wäre.)

Wir gehen zu den zahmen eßbaren Wasservögeln über. Diese sind zahme Gänse und Enten. Gänsefleisch giebt, wenn es der Magen gehörig verdauen kann, eine reichliche und dauerhafte Nahrung, zumal das junge Fleisch

einer

einer wohlgestopften Gans, welches vor dem Verspeisen einige Tage in freier Luft gehangen ist. Man speißt die Gänse lieber im Winter, weil sie dennzumal weniger krank sind. Kaum dem Ey entkrochene Gänschen, welche die katzenfressenden Franzosen so sehr lieben, halten wir für ungesund, weil ihr Fleisch zu schleimicht ist, auch taugen diejenigen Gänse sehr schlecht zur Speise, welche älter als ein Jahr sind, denn ihr Fleisch ist von einem schlechten Safte, trockner, härter, schwerverdaulicher, als von jüngern Gänsen, und giebt leicht zu Verstopfungen und einer Menge von andern Krankheiten Anlaß. Geräucherte Gänse taugen nur auf Tafeln, wo der Bompernickel auch erscheinen darf. Gänseschmalz ist schmackhafter, und zarter als Hünerfett, hitziger und eindringender, als das von Schweinen. Die Flügel, der Hals, der Magen werden mit Blut in schwarzem, mit Fleischbrühe in weissem Gänsepfeffer gespeißt, und sind ein gesundes Essen. Die Leber wird gewöhnlich gebraten und mit Citronensaft genossen. Das Fleisch giebt einen Braten, womit man sich in Deutschland vornemlich um die Martinszeit ergötzet.

Die zahme Ente hat ein Fleisch, welches härter ist als Gänsefleisch, und einen schwachen Magen beschwert, und sich langsam verdauen läßt. Alte Enten, die mit Küchenunrath gefüttert worden, sind unangenehm und ungesund, haben schlechten Saft, verdauen sich schwer, und schaden Hypochondristen, Schwachen, und der Kolik unterworfenen Leuten. Junge Enten aber, die in freier Luft an einem Teich erzogen, und zwey Tage vor der Verspeisung geschlachtet worden, auch nur im Winter als Braten auf der Tafel erscheinen, sind nicht eben so tadelhaft, und geben robusten Subjecten eine gute und dauerhafte Nahrung. Mit Unrecht rühmt man die Entenkichlein, als deren Fleisch viel excrementitieller ist. Martial, ein Kenner guter Speisen, lobt an der Ente die Brust und den Hals, viel andre die Leber und die Flügel. (Plenk, welcher in Wien Gelegenheit genug hatte, die Bromatologie practisch zu erlernen und zu treiben, merkt an, daß man, um gutes Entenfleisch zu bekommen, die Enten von dem ihnen angenehmen unreinlichen Futter von Fröschen, Insecten u. d. gl. entfernen und sie mit Getreide-

arten

arten zu Hause füttern müsse. Man bekomme dadurch ein Fleisch, welches zwar nicht zärter, aber doch reiner und schmackhafter sey. Das Fleisch vom Entrich, ist, nach seiner Meynung, schlechter, als von der Ente. Das Entenfett wird leicht ranzicht. Zuviel und oft Entenfleisch geniessen, macht schlechte Säfte, wie solches, nach Plenks Anmerkung, an den Juden zu ersehen ist, die sich der Enten sehr fleißig zur Speise bedienen.)

Die vornehmsten wilden eßbaren Vögel, deren unsre Urschrift gedenkt, sind die Holztaube, das Rebhun, das Haselhun, der Phasan, der Auerhan, die Schnepfen, die Wachtel, der Kramtsvogel, die Lerchen und der Feigenschnepper. Was sie aber davon spricht, bedarf manches Zusatzes.

Die Holztaube oder Wildtaube, hat ein härteres, trockneres und schwerverdaulicheres Fleisch, als die zahme Taube und Turteltaube. (Man verwirft die alten Holztauben weil ihr Fleisch hart und lederartig ist, und wählt nur die jungen, die ein zartes und schmackhaftes Fleisch haben.)

Man speißt sie gebraten und mit Speck und Gewürzen besteckt. Die sogenannte Bergturteltaube, als eine Abart von der Holztaube, ist mäßig trocken, folglich leichter zu verdauen und eine gesündere Speise, Galen räth, solche Tauben, ehe man sie speißt, wenigstens einen Tag in freier Luft hängen zu lassen.

Das Rebhun, zumal das junge, dessen Fleisch eine Zeitlang in der Luft gehangen ist, giebt eine überaus schmackhafte, sehr zarte und zertheilbare Nahrung, die gutes und reichliches Blut erzeugt, folglich den schwachen und wiedergenesenden höchst dienlich ist. Das Fleisch von der Brust und den Flügeln übertrift das übrige an Güte und Leichtverdaulichkeit. Im Herbste sind die Rebhüner am fettsten, und man bratet sie mit Speck und Gewürzen besteckt, und genießt sie mit Citronensaft. Junge Rebhüner sind blos eine Speise der Fürsten, die sie können hegen lassen, alte aber werden, weil sie schwer zu verdauen sind, nicht leicht gerne von jemanden genossen. (Plenk räumt dem Fleische der Rebhüner einen Rang unmittelbar nach dem Phasanenfleisch

eiu,

ein, und sagt, daß das von alten Rebhünern sich gut zu nährenden Suppen schicke. Sorten die unsre Urschrift nicht meldet, sind das röthlichte Rebhun, und der Francolin, oder das französische Rebhun. Man hält beyde für delicater, als das gemeine. Letzteres aber ist nur in Frankreich zum Essen gewöhnlich.)

Das Haselhun ist theurer und besser, als das Rebhun. Sein Fleisch ist höchst schmackhaft, weiß, zart, theilbar, leichtverdaulich, und wohlnährend. Man kocht und bratet es, indem man es mit Speck, Gewürznelken und Zimmt besteckt, oder siedet es in einer Brühe von Wein, Zucker Rosinen und Gewürzen. (Das Schneehun, oder Haselhun mit Hasenfüssen, wird von Zückert und Plenk an Delicatesse dem Rebhun und Haselhun gleichgeachtet.)

Der Phasan (oder in Oesterreichischen Deutsch: Fason) ist weiland von mässigen und sparsamen Fürsten für das kostbarste gehalten worden, was ihre Tafel zieren konnte. Alte und Neuere vereinigen sich in dem grossen Lobe

dieses Vogels. Averrhoes zieht ihn allen andern Vögeln zum Essen vor, Galen sagt, er sey in der Leichtverdaulichkeit und Güte des Saftes den Hünern ähnlich, und schmecke noch angenehmer. Unsre Urschrift findet sein Fleisch trockner, als Hünerfleisch, weil sich der Phasan, sowohl im Stande der Wildheit als auch im Phasanengarten mehr Bewegung in trockner und freier Luft macht. An Zartheit und Delikatesse, wie auch an Reinigkeit des Saftes, Solidität im Ernähren, und Wiederherstellung der Kräfte, ist das Phasanenfleisch, zumal von einem nicht zu alten Vogel, und wenn es eine Zeitlang in der Luft gehangen ist, unübertreflich. Die Alten kochten den Phasan in Dämpfen des warmen Wassers, damit er ihrem leckern Gaumen noch wohlschmeckender wurde. Die jungen sehr zarten und schmackhaften Phasanen werden am schicklichsten gebraten auf die Tafel gestellt. (Zückert fügt an, der gefangene, oder durch den Habicht erwürgte Phasan werde für leckerhafter gehalten, als der geschossene. Die Eyer seyen weich und gesund, und kämen den Hünereyern an Güte nahe. Plenk stimmt in der Rubrick von Phasanen in

das

das grosse Lob aller seiner Vorgänger ein, und versichert, daß das Fleisch dieses Vogels in der Kälte lange unverweslich bleibe.)

Der Auerhan wird an Gesundheit der Speise den Phasanen beynahe gleichgeachtet. Man zierte weiland mit ihm die Tafeln der Reichen, fand ihn angenehmschmeckend, leichtverdaulich, eine dauerhafte Nahrung verleihend, und nicht mit excrementitiellem Safte verdorben. Da wo sich der dreyfache Brustmuskel an seinem Brustbeine vereinigt, glaubte man ein Fleisch von dreyerley Geschmack zu finden: das erste harte verglich man dem Fleisch der Büffel, das zweyte dem Fleische des Rebhuns, und das dritte dem Phasanen, auch wollte man wahrnehmen, daß ersteres braunröthlicht, die beyden letztern aber weiß von Farbe seyen. (Zückert findet nur das Fleisch junger Auerhäne recht genießbar, das von alten aber sehr hart, und sagt, es müsse deswegen lang in der Luft hängen. Plenk bemerkt mit seiner feinen Nase und Gaumen am Auerhahn einen harzichten Geruch und Geschmack, welchen er von den jungen Schößlingen des Tannenbaumes

mes herleitet, womit sich dieser Vogel zu nähren pflegt. Vom Birkhun sagt er, das Fleisch des jungen sey zart, schmackhaft, weiß und leichtverdaulich. Vom alten aber muß es lang in der Luft hängen, weil es wie das vom alten Auerhane hart und schwerverdaulich ist.)

(Die Schnepfen machen eine zahlreiche Familie von Vögeln aus. Man hat die Waldschnepfe, die Wasserschnepfe oder Becassine die Doppelschnepfe, die Rohrschnepfe, die Regenschnepfe oder das Meerhun, und endlich auch die Pfuhlschnepfe.) Die grosse Waldschnepfe, auch Grasschnepfe genannt, wird allen andern vorgezogen; die Becassine hat ein rötheres unverdaulicheres Fleisch von unreinerem Safte. (Die Doppelschnepfe hat ein besonders schmackhaftes Fleisch, so auch die Rohrschnepfe und das Meerhun und die Pfuhlschnepfe. Zückert sagt von den Schnepfen und Wasserhünchen, daß ihr Fleisch insgesamt angenehm, leichtverdaulich und mit wenig unreinem Safte versehen sey.) Den sogenannten Schnepfendreck auf Brod essen, heißt Melchior Sebiz, weiland Lehrer zu Strasburg, eine Thorheit des Gaumens.

Der

Der Trappe oder Hochtrappe giebt; wenn er noch jung ist, ein Fleisch, welches, nach Galens Zeugnisse, welcher als Kranichfleisch, und härter, als Gänsefleisch ist. Schwache haben keinen Magen dazu. (Zückert kann das Fleisch von jungen Trappen nicht genug loben, so wie das von alten nicht genug tadeln. Plenk sagt, man könne letzteres kaum in verschlossenen Gefässen weich sieden, und es bleibe immer eine harte Speise. Die Schützen der Trappen haben sich in Acht zu nehmen, daß sie statt solch eines Vogels keinen Esel schiessen, wie dies vor einigen Jahren in Jena nemlich 1765. geschehen ist.)

Das Fleisch der Wachtel ist im Herbste und Winter saftiger, und gebraten vorzüglich schmackhaft, auch gesund, zumal von jungen Wachteln. An vielen Aerzten hat das Fleisch dieses Vogels heftige Tadler gefunden, und wahr ist, daß man es ein wenig hart und faséricht findet, daß es, wenn die Wachtel sich im Korne sehr fett gemacht hat, den Magen beschwert und in schwachen Subjecten zähe Säfte, und bey Wiedergenesenden Recidive

zuwegenbringt. (Plenk merkt insonderheit an, daß man den Magen der Wachteln wegwerfen müsse, weil sich in demselben sehr oft die Saamen der Niesewurz und des Schwindelhabers antreffen lassen. Zückert lobt sehr das Fleisch von eingesperrten jungen mit Getreide gefütterten Wachteln, warnt aber auch vor dem, welches zu fett ist. Der **Wachtelkönig**, die grosse und kleine **Wasserralle**, und der auch durch Dichter gespriesene **Ortolan** hätten von unsrer Urschrift nicht sollen mit Stillschweigen übergangen werden. Denn alle drey geben eine gute, gesunde und schmackhafte Speise. Jene bratet man, diesen aber fricassirt man mit Petersilie und Semmelkruste, die zu Mehl gerieben ist. Man kann, nach Plenks Bemerkung den Ortolan in Eßig mit Gewürzen einmachen, und ein Jahr lang darinn aufbewahren. Jene Vögel muß man im Herbst essen, weil sie alsdenn am schmackhaftesten sind.)

Dem **Kramtsvogel** haben Horaz und Martial überaus große Lobsprüche gegeben. Vielleicht wußten ihn die Alten vorzüglich fett zu machen.

machen. Wenn er sich zur Herbstzeit mit Trauben und andern Beeren selbst gemästet hat, wird er von den Götzendienern des Bauches vornehmlich begehrt. Sein Fleisch hat einen angenehmen Geschmack, ist leichtverdaulich, und nähret wohl, wird daher von dem berühmten Arzt und Kräuterkenner Matthioli auch sogar den Quartanariern erlaubt. Galen urtheilet etwas weniger günstig davon, und sagt, dies Fleisch sey härter, als das von Hünern, Rebhünern und Phasanen. Celsus giebt die kleinern Kramtsvögel für eine schlechter nährende Speise aus, als die grossen.) Man hat ausser dem schon erwähnten Ortolan, folgende zu den Kramtsvögeln zu rechnende Arten: den Zarizer, oder sich von Eichenmisteln nährenden schlechten gemeinen Kramtsvogel; die Drossel oder den Kramtsvogel, welcher von Wachholderbeeren lebt, und dessen Fleisch darnach schmeckt; die Weindrossel oder Buntdrossel, welche sich vornemlich mit Weintrauben füttert; die Singdrossel oder Zippe, die in der Qualität mit der Weindrossel übereinkommt; die Spottdrossel, oder den Spottvogel, dessen Fleisch Pienk schmackhafter findet, als das von

allen

allen vorigen. Zückert und Plenk warnen beyde vor dem Genus des Magens vom gemeinen Kramtsvogel oder Zarizer, weil sich in demselben zuwellen die Blätter vom Bilsenkraute finden, und ihn für die Menschen giftig machen. Die Drossel ist angenehmer zu essen, für Leute, die den Geschmack von Wachholderbeeren lieben; die Weindrossel schmeckt aber etwas bitter. Die Singdrossel speißt sich am angenehmsten, und ist, nach Plenk, vorzüglich gesund.)

Zu den Lerchen gehören gleichfalls mehrere Arten von Vögeln, deren Fleisch in der Qualität nicht sehr von einander abweicht. Diese sind: die Feldlerche, die Wiesenlerche, die Baumlerche oder Schmiervogel, die Kothlerche, die Schneelerche, die Florentinerlerche oder der Grünling, die Haubenlerche, und der weisse Ortolan.) Die Lerchen überhaupt sind bekanntlich kleiner, als die Kramtsvögel, und man wählt von ihnen zur Speise die fetten und jungen, die im Herbste oder Winter gefangen worden. Ihr Fleisch ist schmackhaft, wohlschmeckend, und nährend, auch leichtverdaulich.

daulich. Sommerlerchen, wie auch alte Vögel dieser Gattung, und solche die gefangen werden, wenn der Winter am strengsten ist, sind mager, unangenehm, schwerverdaulich. Vielleicht sind es diese, welche nach Hofer den Steinkranken schaden, und nach Veit Riedlin Nervenkranheiten, Schwindel, Gicht und Contracturen verursachen. (Den guten Geschmack der Leipziger Lerchen leiten Büchner, Zückert und Plenk von dem wilden Knoblauch her, den sie reichlich zu fressen bekommen. Die Beinchen muß man, nach Zückerts Rathe, nicht mit dem Fleische verschlucken, weil sie Magenschmerzen erregen. Der Lerchenstrich vom Herbste ist unter allen der beste.)

Ein eigentlich in die Familie der Kramtsvögel noch einzuschreibender Vogel ist die Amsel oder Schwarzdrossel. An Qualität steht sie jedoch den Kramtsvögeln, mit welchen sie meistens zugleich gefangen wird, nach, und nur die junge ist eher mit ihnen zu vergleichen. Galen lobt sie; allein es ist nicht zu läugnen, daß ihr Fleisch etwas trockner und faserichter ist, als beym Kramtsvogel, daß es sich lang-

langsamer verdaut, weniger nährt, und Leibesverstopfung macht. (Zückert merckt an, daß die Amsel vom Genusse der Weintrauben schmackhaft, von Wachholderbeeren aber bitter werde. Die fleischfarbe Amsel wird nur in der Schweiz und in Lappland angetroffen und gespeißt. Plenk vergleicht die Amsel nicht unschicklich in der Qualität mit der Drossel.)

(Die Bachstelzenfamilie begreift folgende Arten unter sich: den Feigenschnepper, das Weißkehlchen, die gemeine Bachstelze, die gelbe Bachstelze, das Rothkehlchen, das Rothschwänzchen, das Schwarzkehlchen, den Zaunkönig, die Nachtigall, die Grasmücke, und das Goldhänchen.) Der Feigenschnepper, ein Vogel welcher sich selten in nordlichen Climaten sehen läßt, ist insonderheit im Herbste gut zu essen, wenn er sich mit Weintrauben und Feigen gemästet hat. Sein Fleisch verdaut sich schnell, nährt wohl und viel, und sein allzu starkes Fett wird durch Pfeffer und andre Gewürze verbessert. (Von dem Weißkehlchen, der Bachstelze, der gelben Bachstelze, dem Rothkehlchen, Rothschwänzchen, Schwarzkehlchen und

Zaunkönige kann man einerley sagen: nemlich ihr Fleisch ist leichtverdaulich und gesund, und wird wie das vom Feigenschnepper zubereitet. Die Nachtigall aber schmeckt so schlecht, als vortreflich sie singt. Hingegen ist die Grasmücke und das Goldhänchen um vieles besser zu essen, und leicht zu verdauen.)

Folgende Vögel verdienen nur eine beyläufige Erwähnung, da sie meist nicht gespeißt werden, wenn man bessere haben kann: der Kranich, der Storch, der Strauß, der Staar, der Sperling, die Fincken, die Ammern, der Kybitz, (dessen Eyer reichen Wollüstlingen die Springfeder der Mannheit spannen sollen, wenn sie lahm wird) der Hänfling, und die Meise.

Noch müssen wir kürzlich der wilden Wasservögel gedenken. Dies giebt Gelegenheit, von den Schneegänsen, oder wilden Gänsen, zu sprechen, deren Junge ein Fleisch haben, welches gesunder, leichtverdaulicher und von reinerm Safte seyn soll, als das von jungen zahmen Gänsen. (Hingegen bey den alten wird es zäher, trockner, unverdaulicher, als

bey alten zahmen Gänsen, angetroffen. Nach Plenk dient im Winter dies Fleisch, wenn es wohl in Eßig durchgebeizt worden, sehr gut zu Fleischpasteten.) Hieher gehört auch die wilde Ente (deren Fleisch zwar zarter ist, als der zahmen Ente, allein doch) nicht leichtverdaulich und gesund ist, und oft einen Fischgeschmack hat. (In Eßig gebeizt und in der Fleischpastete schmeckt die wilde Ente, nach Plenks Zeugniß besser, als wenn sie gebraten wird.)

(Von den Wasserhünern oder Rohrhünern gehören folgende Arten unter die eßbaren. Das Rohrhendel der Oesterreicher, das Blaßhun oder schwarze Wasserhun, wie auch die sogenannte Wasserhenne. Denn das nur in Persien zur Speise übliche Sultanshun geht uns nichts an.) Fast alle Rohrhünerarten sind kleiner, als die Enten, und ihnen den Sumpfgeschmack zu benehmen, müssen sie vorher in einem ofnen Topfe gesotten werden, worauf man sie erst würzet und bratet. Sie sind nicht schwer zu verdauen, und keine üble Speise. (Das Wasserhun, welches im Oesterreichischen

Rohrhendel heißt, ist nach Plenk ein hartes, schwerverdauliches ungesundes Essen. Man zieht die Haut ab, eh das Fleisch zur Speise gebraucht wird. Das junge Blaßhun ist nach eben demselben, zwar eßbar, aber das alte scheuslich und ledern. Die Wasserhenne hat eine eckelhaft aussehende blaue Haut, welche abgezogen werden muß, ihr Fleisch ist aber fett und sehr schmackhaft.)

Die Tauchente, (oder das Tukantel der Oesterreicher) hat ein Fleisch mit einem Fischgeschmack (doch nach Plenks Meynung, eßbar) und es ist zarter, und im Winter fetter, als das von gemeinen Enten. (Von der Tauchergans wird sich schwerlich in Deutschland jemand zu speisen gelüsten lassen, da ihr Fleisch und Fett einen abscheulich ranzichten Gestank hat.)

Schwäne, Kropfgänse, Möven, Reiher (Löffelgänse, Schneente Bassanergänse, Rohrdommeln, Seeschwalben u. d. gl.) mag es genug seyn, hier mit Namen zu nennen, da sie allesamt eine schwerverdauliche und schlechte

Speise abgeben, zu der gewiß sich nicht leicht jemand entschließt, wenn er eine bessere haben kann.

Ausser dem Fleische der Vögel genießt man auch ihr Gehirn, ihren Kamm und Bärte, oder Glocken, ihren Hals, ihre Flügel, ihren Magen, ihre Leber, ihre Hoden und ihren Sterz, oder Bürzel. Gehirne von Vögeln, zumal von Hünern und Capaunen, wie auch von Phasanen und Rebhünern, werden den Gehirnen vierfüßiger Thiere vorgezogen. Die Kämme sind lederartig und kaum eßbar, etwas zarter und weicher aber die Glocken. Von grössern Vögeln ist der Hals fleischicht und daher gesotten wohl zu speisen, bey kleinern aber ist er beynahe nichts als Bein, in beyden Fällen härter, schwerverdaulicher, und sparsamer nährend, als das übrige Fleisch am Vogel. Flügel müssen nur von jungen Vögeln genommen werden, von alten sind sie dürre, fasericht und hart, folglich fast ungeniesbar. Der Magen der Vögel ist bekanntlich fleischicht, und nicht unangenehm zu schmecken und zu verdauen, zumal von Hünern und Gänsen. (Gedärme

von

von Vögeln überlassen wir den Raubvögeln und Hottentotten). Von der Leber der Vögel spricht Galen in rühmlichen Ausdrücken, zumal wenn die Vögel mit Feigen fettgemacht worden. Ebn Sina lobt die Hünerleber, unsre Urschrift die Gänseleber, welche besonders groß zu werden pflegt, wenn das Gänsefutter mit Milch angebrüht wird. Die Hoden der Hähne aus dem Hünergeschlecht lobt Galen, als wohlnährend und leichtverdaulich, wodurch der Stuhlgang weder befördert noch hinterhalten wird. Der Bürzel ist eben keine löbliche Nahrung, und wird nur von Schlemmern zur Speise gesucht, die den von Hünern, Capaunen und Gänsen, wenn nemlich diese Vögel besonders fett sind, vor andern auswählen.

Zum Beschluße ist noch von den Eyern zu reden. Der Dotter davon ist eine starke, das Weisse eine dünne Nahrung. Aus letzterem mit Wasser zusammengequirlt wußte schon Hippokrates einen auch in hitzigen Fiebern dienlichen Trank zu bereiten. Jener, obschon er stark nähret, verdaut sich doch leicht, und geht ohne Schwierigkeit in die Masse der Säfte

über. Taubeneyer verwirft man billig mit Ulysses Aldrovandi. Eyer von Gänsen, Enten und Straussen wird ebenfalls schwerlich jemand zu essen wünschen. Pfaueneyer taugen gleichfalls nicht, und sind, nach Matthioli, die schlimmsten unter allen. Den Rebhünereyern werden, obschon sie Ebn Sina nicht mit Unrecht als eine feine und fast ganz reine erquickende Nahrung preißt, doch die Phasaneneyer noch vorgezogen. Wir halten uns aber, der Wohlfeile wegen, mehr an die Hünereyer, die von nicht zu fetten und nicht zu magern Hünern gelegt worden, und so frisch als möglich sind. Die zitternden sind, nach Galen, die besten, nach diesen kommen die, welche so weich gesotten sind, daß man sie noch trinken kann, von denen die Schriftsteller behaupten, daß sie den Husten und die Rauhigkeit der Kehle lindern, eine gute Singstimme machen, die Zeugungsorgane in wohlconditionirten Stand setzen, den Leib öfnen, auch in Blutspeien und Nieren- und Harnblasengeschwüren höchst dienlich sind, man mag von einem Alter Geschlecht, Leibesbeschaffenheit und Berufsart seyn von welcher man will. Am unschicklichsten zur

Nah-

Nahrung sind die hartgesottnen, oder in Asche gebratenen, oder in der Pfanne gebackenen. Ganz wegwerfen muß man die alten, halbleeren, bebrüteten, schon ein halbgebildetes Kichlein enthaltenden, wie auch die, welche übel schmecken und riechen. Die Eyer der Wasservögel übertreffen übrigens die von Landvögeln an Menge des Dotters.

# Siebenter Abschnitt.

## Von der Speise, die aus Fischen bereitet wird.

Unter dieser Rubrik begreifen wir, nach dem Vorgange von unsrer Urschrift, nicht allein die im engern Sinne in der Naturgeschichte also genannten Fische, sondern auch eßbare Amphibien und Wasserinsecten. Von all diesen Geschöpfen kann man überhaupt sagen, daß sie keine so dauerhafte Nahrung verschaffen, daß robuste Subjecte allein davon leben könnten, ohne schwächer zu werden, daß aber aus eben diesem Grunde dieselben für das schwäch-

lichere schöne Geschlecht, und die demselben an Schwäche gleichenden Gelehrten und Wiedergenesenden, und alle Leute von sitzender Lebensart ungemein tauglich sind. Daher findet man schon in alten Zeiten Fische sowohl den Kranken, als Genesenden, von Hippokrates, Galen, Alexander von Tralles in Phrygien, und Plutarch, nach den Vorgange von Zeno, dem Vater der Stoicker, theils erlaubt, theils empfohlen. (Die neuere Zeit hat keinen Grund gefunden, hierinn von der Regel der Vorfahren abzuweichen, und Tissot, um unter vielen nur einen zu nennen, erlaubt und empfiehlt Fische aus Salzwasser mit gewürzhaften Kräutern den Kranken, die essen können und dürfen, in mehr als einer seiner Schriften, zur Speise.) Gestehen muß man aber auch, daß durch häufigen Genuß gemißbrauchte Fischspeise den Körper mit Schleim und Rotz anfüllt, folglich Phlegmatiker, Hypochondristen, und Blähungen unterworfene Subjecte sich derselben höchst sparsam bedienen müssen.

Die Diätetik betrachtet bey den Fischen folgende sieben Puncte: den Aufenthalt, das

Alter

Alter, die Grösse, die Jahrszeit, worinn man sie fängt, die Theile ihres Körpers, die Art der Zubereitung, und die Art des Genusses. Die Fische aus stehenden Wassern sind immerhin die schlechtesten, die aus Flüssen schon besser, am theuersten und besten aber die Meerfische. Unter diesen letztern zieht man diejenigen vor, welche unter Klippen verborgen sind und da ihren Rogen absetzen, denn sie haben ein sehr weiches theilbares Fleisch, werden leicht verdaut, und geben guten Nahrungssaft. Die vom Grunde des Meeres sind weit geringer, weil sie wenig von der Sonne beschienen werden, und ein hartes Fleisch haben. Sie werden schwer verdaut, nähren aber doch denjenigen nicht übel, der sie verdauen kann. Die Uferfische sind den Klippenfischen näher an die Seite zu setzen; ihr Fleisch ist zwar derber, allein dennoch gut, weil sie sich an sandichten felsichten Gegenden, in einem reinen und von der Sonne genug beschienenen Orte aufhalten. Galen lobt die Meerfische aus einer nicht stillen sondern von Winden fleißig bewegten Seehöhe, die gegen Norden liegt. Noch ist hinzuzuthun, daß schuppichte

Fische

Fische vor nackten einen Vorzug haben, denn letztere sind schleimichter und mehr dem Verderben unterworfen. Die ältern Fische, die Barbe, nach des Ausonius Zeugnisse ausgenommen, sind härter und schlechter, als die bessern und leichtverdaulichen jungen. Von Celsus werden diejenigen Fische gepriesen, welche das volle Maas ihrer Grösse noch nicht haben, die Salernitanische Schule lobt sich unter weichen die grossen, unter harten die kleinen. Schon Xenokrates wußte, daß im Frühlinge die Rothbärte, im Sommer die Sackflossen, im Herbste die Meeräschen und Hechte am besten seyen. So weis man daß die Bachkrebse ausser der Zeit, worinn sie Eyer unter dem Schwanze tragen, schlechter werden. Das Mittelstück am Fische hält man für trockner, als das Kopfstück. Unter dem Bauche hält man den Fisch für leichtverdaulicher. Xenokrates und Galen loben sich mit andern das Schwanzstück, weil sich der Schwanz am meisten Bewegung macht, folglich ein ausgearbeiteters und bessernährendes Fleisch besitzen mag. Nur nimmt der ältere Plinius den Thunnfisch hievon aus. Die

Lecker trachten nach fetten Theilen der Fische, die Aerzte verwerfen sie aber, weil sie leichter in Fäulniß übergehen. Was ferner die Zubereitung betrift, so ist es dienlicher, die welchen und feuchten zu braten, die harten und trocknen aber zu sieden. Hippokrates räth schon die gebratenen mit Eßig zu speisen, und die gesottenen mit Salzwasser zu geniessen. Gebackene will Galen nur vollkommen gesunden erlauben. Mit Käse versetzt vermehren die Fische die Zähigkeit der Säfte, mit Milch gekocht gehen sie schneller in Fäulniß über, getrocknet und geräuchert sind sie schwerverdaulich und meist unangenehm, können aber doch in dieser letzten Gestalt von phlegmatischen Leuten im Winter und Frühlinge genossen werden. (Ueber die Zubereitung der Fische liefert uns Plenk folgenden sehr nützlichen Zusatz. Frische mit Eßig abgesottene Fische sind leichtverdaulich, schmackhaft und sehr gesund. Auf dem Roste gebraten sind fette Fische schmackhaft und leichtverdaulich Mit Butter oder Oel in der Pfanne gebacken, sind sie zwar schmackhaft, aber wegen dem Ueberflusse an Fett schwerverdaulich. Eingesalzene Fische verdauen

dauen sich sehr schwer. In Eßig eingebeitzte Fische sind hart und schwerverdaulich. Geräuchert geben sie einen übeln Nahrungssaft, und sind überaus schwer zu verdauen. An der Sonne und Luft getrocknet sind sie nicht so gar schwer zu verdauen, nur müssen sie nicht halb faul seyn, und ganz weich gekocht werden. Eingesulzte Fische sind am besten und leichtverdaulich. Gefrohrne Fische verdauen sich schwer und sind zähe. Den Sumpfgeschmack vertreibt man damit, daß man die Fische einige Zeit vor der Zubereitung in reinem fliessenden Wasser hält, und vorher, ehe sie in die Küche kommen, mit Salzwasser wohl abwaschet. Im fünfzehnten Bande der schwedischen Abhandlungen wird die Meynung geäussert, daß der Sumpfgeschmack nur in der Fischhaut sitze, und sich erst unter dem Kochen auch in das Fleisch einschleiche.) Was endlich den Genuß der Fische betrift, so ist zu merken, daß ein kalter Fisch eine schlimme Speise abgiebt, und daß man daher, nach diätetischen Grundsätzen die Fische warm, und vor andern Speisen, und nie nach großen entkräftenden Arbeiten essen soll. Zu Fischen muß man mehr Brod essen

und Wein trinken, als zu andern Speisen, um dadurch ihrer Fäulniß zu wehren. Crato von Kraftheim, der bekannte Leibarzt dreyer deutscher Kaiser, zog in dieser Absicht das mit Kleie gemischte Brod anderm Brode vor. Manche rathen nach dem Genuß der Fische die Nüsse, andre die Feigen: jenes ist der reinigenden Kraft wegen dienlich, dieses undienlich, weil die Zähigkeit in den Säften dadurch zunimmt. Nach Galen ist das allgemeine Zeichen, woran sich erkennen läßt, ob ein Fisch gesund zu essen sey, daß er weich ist, und sein Fleisch sich leichtlich theilt. Fehlt eine dieser beyden Eigenschaften, so räth er, nicht viel zu essen, fehlen beyde, sich dieser Speise ganz enthalten. Immer aber, macht nach Diphylus dem alten Comödiendichter, zu reicher Genuß der Fische einen Ueberfluß an widernatürlichem Schleime. (Dies ist nicht die einzige üble Folge des Mißbrauches der Fische. Die Abhandlungen der Pariser Akademie der Wissenschaften vom Jahre 1749. gedenken einer epidemischen Krätze, die von zu reichlichem Genusse der Sardellen entstund. Andre Autoren leiten von der grossen Geneigtheit der Fische, zu faulen,

len, eine Abschälung der ganzen Oberhaut, den Scharbock, faule bösartige Geschwüre, die Läusesucht, Faulfieber, Würmer, die so gemeine Krankheit der Holländer und andrer Fischfresser, wie auch von ranzichten Fischen den Aussatz her. Daß der Bandwurm von Fischen, die den Bandwurm haben, herstamme, glaubte man bis ins Jahr 1782. allgemein, von da an hat aber der reiche, gelehrte, und seines Reichthums ohngeachtet, für die Wissenschaft äusserst thätige Judenarzt Bloch in Berlin die Sache durch seine Abhandlung von der Erzeugung der Eingeweidewürmer höchst zweifelhaft gemacht. Minder zweifelhaft ist aber, was Zückert lehrt, daß nemlich zu viel gespeißte gesalzene Fische den Scorbut, wie auch die Entzündung und das Wundwerden der Zeugungsglieder verursachen.)

Unsrer obigen Eintheilung gemäß betrachten wir nun die vornehmsten Meerfische, Flußfische, Amphibien und Wasserinsecten insonderheit. *)

Die

*) Der sel. Hofrath Richter folgt hier noch mehr, als irgendwo, seiner Gewohnheit den Vortrag mit Belesenheit in classischen Autoren zu schmücken. Wären unsere ichthyologischen Kenntnisse in allen Thei-

Die Muräne, welche unter dem vieldeutigen Namen des Meerals in den meisten Schriften erwähnt wird, und welcher der Ritter Linne den Namen Helena gab, wurde von den Alten zahm gemacht, und in Behältern erzogen. Horaz lobt zur Speise die mit Rogen angefüllten, und aus andern alten Schriftstellern weis man, wie theuer im Preise der

Milch-

Theilen so berichtigt, daß man jederzeit genau angeben könnte, welcher von den neuern Systematikern so oder so genannte Fisch derjenige wäre den die Alten unter ähnlichen Namen kannten, so könnte man jenem in einem deutschen Werke hierin von Wort zu Wort ohne Anstand folgen. Daß dem aber nicht also sey, wissen alle Ichthyologen am besten. Folglich darf man von uns in dieser Materie erwarten, daß wir hie und da Lücken lassen müssen, die aber, zum Nutzen des Lesers, mit Nachrichten von andern Fischen ausgefüllt werden, die heut zu Tage genau bekannt und üblich sind, und wovon zum Theil wahrscheinlich, zum Theil gewiß ist, daß sie den alten Römern und Griechen völlig unbekannt waren. Plenk und Zückert sind auch hier unsre Führer, und nicht weniges verdanken wir dem Handbuche der Naturgeschichte von unserm in Göttingen docirenden Freunde Blumenbach. A. d. U.

Milchner von dieser Art von Aaal gewesen ist. Ausser zur Speise gebrauchten ihn auch die Alten zum Zeitvertreib, wie die Chineser ihre Goldfischchen. Sein Fleisch hält das Mittel zwischen dem harten und weichen, giebt also weder eine zu dünne, noch zu dicke Nahrung. Plenk findet es nicht so fett, wie das Fleisch des unten zu nennenden Flußaals.

Der Stör *) der Sterlet **) und der Hausen ***) gehören unter die Fische, welche sich auch zuweilen ans Land begeben, und daher von den Systematikern unter die Amphibien gerechnet werden. Jener machte bey den Römern, seiner Schmackhaftigkeit und Größe wegen, einen Gegenstand des Luxus aus. Unter Kaiser Severus mußten allemal Kunstpfeifer vor=

*) Acipenser sturio **) L. Acipenser Ruthenus

***) L Acipenser Huso L. Vom Tük, oder Acipenser Tuka des Kramer, welcher in der Donau gefangen wird, und bey einigen Antacaeus heißt, sagt Plenk, er sey nicht unangenehm, habe ein gelbes Fett, sey weich, aber nicht mit dem Hausen zu vergleichen. Die Bereitung vom Caviar, deren oben der Text gedenkt muß in russischen Reisebeschreibern von Wißbegierigen aufgesucht werden.

vorausgehen und blasen, wenn dieser Fisch von den Bedienten auf die Tafel getragen wurde. Das Fleisch vom jungen Stör ist weiß, leckerhaft leichtverdaulich und nähret wohl. Dieser Fisch geht vom Meer in die grossen Flüsse rückwärts. Frisch ißt man ihn gesotten und gebacken. Er wird auch in Riemen geschnitten, und getrocknet oder gesalzen aufbewahrt. Auf seinem Rücken läuft vom Kopfe bis zum Schwanz eine starke Sehne fort, welche besonders ausgeschnitten und getrocknet ebenfalls zur Speise gebraucht wird. Der Sterlet ist eigentlich in Rußland zu Hause, König Friedrich der Erste ließ ihn in den Mäler in Schweden einsetzen, und machte ihn dadurch auch in den schwedischen Gewässern gemein. Er ist delicater, als der Stör, aber nicht so sehr wie der Hausen. Aus seinem und des letztern Rogen wird der Caviar bereitet. Der ebenfalls in Rußland einheimische Hausen wird auch in der Donau gefunden. Sein frisches Fleisch ist schmackhafter, als Kalbfleisch. Man ißt ihn gesotten oder gebacken mit Citronensaft beträufelt. Den eingesalzenen muß man vor dem Essen in Wasser einweichen.

Der Rothbart oder die Meerbarbe, und der Kahlbart kommen in diätetischen Eigenschaften mit einander überein. Wenn jener Fisch seiner goldfarbichten Schuppen beraubt wird, erblickt man sein schönrothes Fleisch, welches ihn bey den Römern gleichfalls zu einem Gegenstande des Luxus machte. Sie liessen ihn sich über Tische in einem gläsernen Gefässe, wie uns Seneca im dritten Buche seiner Fragen aus der Naturlehre in der achtzehnten Nummer berichtet, zu tode zappeln, um sich an der Schönheit der Farbe des sterbenden Fisches zu ergötzen, und ihn auf die Tafel zu bringen, war nur die Sache der reichsten Schlemmer, weil er so schwer er wog, mit Silber bezahlt zu werden pflegte. Hauptsächlich liebten die Römer sein Kopfstück, der Näscher Heliogabalus seinen Bart, andre die Leber. Die grossen Lobsprüche, welche Horaz, Juvenal und Martial diesem Fische geben, gehen nur den jungen und nicht zu grossen an. Denn die grossen und alten sind schwerer zu verdauen und schmecken unangenehmer. Der Kahlbart war weniger geschätzt, weil er durch sein Farbenspiel im Erblassen, den, wie Se-

neca sie nennt, auch mit den Augen gefräßigen Römern kein so ergötzendes Schauspiel gewährte. Die Riesenbarbe ist, nach Gronov und Linne, eine Spielart des Rothbartes, und ihr Fleisch hat den Ruhm, ausserordentlich schmackhaft zu seyn.

Von den Brachsen *) liebten die Römer sowohl den Goldbrachsen **) als den Geyßbrachsen, ***) davon jener der Göttinn Venus geheiligt war. Heut zu Tage wird jenem von beyden der Ringelbrachse, oder Schwarzringel, der Schwarzschwanz, und der Goldstrich, wie auch das Ringauge und Grosauge an Werth zur Seite gesetzt. Hikes, ein bekannter um die alte Nordische Litteratur höchst verdienter Polyhistor, erhebt die Brachsen weit über alle andre Fische, Xenokrates sagt, das Fleisch der Brachse sey weiß, derbe, von gutem Safte, nähre wohl und vertheile sich leicht

 im

*) Sparus L

**) Sparus aurata L. Sein Name kömmt von dem goldfarben halben Mond vor seinen Augen.

***) Sparus Sargus L. Wird am Ausflusse der Tiber, wie auch im Genuesischen Meerbusen gefangen.

im Körper. Auch Celsus lobt das Fleisch der Brachsen, wenn es schon ein wenig hart ist, nur muß es in keinen Magen kommen, worinn es verderben kann. Plenk stimmt dies Lobgetöne um etwas herunter, indem er sagt, daß sich alle in der Pfanne gebackene Brachsen etwas schwer verdauen. In das Brachsengeschlecht gehören auch der Laxierfisch, die Rothschuppe und die Sackflosse, welche drey ein schmackhaftes Fleisch haben, nach dessen Genusse man etlichemal zu Stuhl gehen muß.

Der Kabeljau, der Merlan oder kleine Stockfisch, der Schelfisch, die Meerquappe, der Wittling, der Steinbock oder Phycis, der Dorsch, der Leng, der Kohlmund sind Fische von einerley Geschlecht, davon die Alten gleichfalls einen und andern schon gekannt haben. Stockfisch ist eigentlich der Name des an der Luft getrockneten Kabeljaus, und Laperdan heißt man ihn, wenn er eingesalzen und hernach geräuchert ist. Galen findet das Fleisch dieses ganzen Fischgeschlechtes weniger theilbar, als das von Klippenfischen, weil sie sich fast immer im Grunde des Meeres in träger Un-

thätig-

thätigkeit befinden, dennoch rechnet er es unter die Speisen von guter Verdauung und Nahrung, und wenn sie zumal in reinen Gewässern sich aufhalten, diese Fische nicht unter die, welche schleimen. Doch gilt, nach neuern Schriftstellern, dies Lob nicht von allen Arten in gleichem Grade, indem der Schelfisch und der Leng dem Kabeljau vorzuziehen, die Meerquappe, der Wittling und der Steinbock, als ein Mitteldding zwischen den obigen anzusehen sind, der Kohlmund aber, obschon frisch gespeißt, dennoch hart, schlechtschmeckend und von rohem Safte, nur eine Speise armer Leute ist. Durch das Trocknen an freier Luft wird der Stockfisch so hart, daß er sich mehrere Jahre ohne Salzlacke aufbewahren läßt, zugleich aber so hartverdaulich, daß man ihn wohl klopfen und hierauf in Wasser sieden muß, wenn er für Menschen genießbar werden soll. Der Kabeljau hingegen ist zart, schmackhaft, leichtverdaulich und sehr gesund. Noch leichtverdaulicher ist der frische Schelfisch, in Deutschland aber nicht zubekommen, daher man sich mit dem eingesalzenen begnügt. Der Dorsch hat ein trocknes derbes Fleisch, ist aber doch

leichtverdaulich. Der Leng ist noch haltbarer als der Kabeljau, daher in Seereisen vorzüglich zu gebrauchen.

Das Geschlecht der Makrele begreift die gemeine Makrele, den Thunnfisch und den Bonetfisch unter sich, und die Bastartmakrele gehört gleichfalls dazu. Aus den Därmen dieser letzten, der gemeinen Makrele und des Meerstichlinges bereiteten die Alten durch die Maceration ihr berühmtes Garum, welches Seneca nicht unwitzig eine kostbare Jauche böser Fische nannte, weil es so theuer, als die kostbarsten Salben nnd Balsame bezahlt werden mußte. Im Weltmeere wird die gemeine Makrele größer, als in den übrigen Gewässern, angetroffen, auch härter und trockner; im Adriatischen Meere ist sie besonders weich, fett und leckerhaft, aber auch von zäherem Safte. Sie schmeckt frisch, insonderheit gebraten, sehr angenehm, doch ist es besser, sie einzusalzen und zu trocknen, wenn sie auswärts zu verschicken ist. In dieser Gestalt ist sie auch nicht so sehr, ihres Fettes wegen, beschwerlich. Das Fleisch vom frischen Thunn-

fische

fische gleicht beynahe dem Kalbfleische. Man ißt diesen Fisch gebraten, oder geröstet mit Oel und Eßig. Nach dem Zeugenisse von Pater Labat, der so fleißig in seinen Reisebeschreibungen anmerkt, wenn und wo er zu Mittag oder Nacht gespeißt hat, stopfen die Italiäner die Därme des Thunnfisches mit Fleisch in Eßig gebeizt und mit Pfeffer, Salz und Knoblauch gewürzt aus, und machen auf diese Weise sehr gute Knackwürste. Der Bonetfisch hat ein derbes und trockenes Flisch, welches aber schmackhaft und nährend ist. Die Bastartmakrele hat unter allen das trockenste und härteste Fleisch.

Vom Schollengeschlechte sind zu den eßbaren zu rechnen, das Plateißlein oder die Goldbutte, das Viereck oder der bereits von alten Poeten besungene Rhombus, der Flunder, die Schaare, die Zunge, die Steinbutte, der Schuppenbuttfisch, und der Stachelflunder. Der Arzt von Pergamus giebt dem Fleische des Plateißleins eine Stelle zwischen dem harten und weichen, Plenk lobt es, wegen seines Fetts und ausserordentlichen Wohlgeschmacks,

Zückert will zwischen ihm und dem Fleische der Zunge, oder Tunge, keinen Unterschied finden. Angenehmer schmeckt immer ein Plateißlein, welches im Meer gefangen worden, als eines, welches in die Mündungen der Flüsse hineingeschwommen ist. Das Viereck ist der Form nach breiter, als das Plateißlein und der Stachelflunder und hat ein weisses, saftiges, leckerhaftes, leichtverdauliches gesundes Fleisch. Der Flunder und die Schaar kommen mit dem Plateißlein überein. Die Zunge die am fettsten auf der Insel Rügen am Strande gefischt wird, hat ein grätichtes Fleisch, welches aber doch so viel Lob verdient, als das vom Rhombus. Getrocknet wird es in Seifensiederlauge, wie der Stockfisch, gewässert, hierauf gesotten, und mit Erbsen gespeißt. Die Steinbutte hat zwey Spielarten, davon die eine mit aschfarben rauhen Schuppen die Sandbutte, die mit goldfarben Flecken die Goldbutte genannt wird. Sie, und der Schuppenbuttfisch und Stachelflunder kommen alle mit der Zunge überein, und werden auf ähnliche Weise bereitet und gespeißt. Noch gehört in dies seine beyden Augen nur

auf

auf einer Seite habende Fischgeschlecht die Heilbutte oder Hellbutte, ein Fisch, welcher nach Bürgermeister Andersons und Bischof Pontoppidans Zeugnisse der größte Fisch nach dem Wallfische ist, und in Norwegen und andern nordischen Ländern in Stücken gehauen und eingesalzen unter den Namen Rekel gespeißt wird. Seine ausgeschnittnen, in Meerwasser geweichten, hierauf getrockneten, und endlich weichgekochten Floßfedern sollen, nach dem Zeugnisse jener zwey Schriftsteller, eine angenehme Speise seyn. Plenk merkt über diesen Fisch an, daß sein frisches Fleisch schmackhaft, aber wegen seines reichlichen Fetts sehr schwer zu verdauen sey.

Zum Rochengeschlechte gehören der Krampffisch, der Stachelrochen, der Pfeilschwanz, das Spitzmaul, der Spingelrochen, und Nagelrochen. Alle diese Arten sind Amphibien. Das einzige Spitzmaul ausgenommen, haben alle Rochen ein hartes unverdauliches Fleisch, welches nur in dem Magen eines Bootsknechts zu einer guten Nahrung umgeschaffen werden kann. Das Spitzmaul wird geräu-

geräuchert nach Europa geliefert, und wie andre geräucherte Fische zubereitet und genossen. Wenn schon die Schwanzspitze vom Pfeilschwanze eine giftige, schwerheilende Wunde verursacht, so kann man sein Fleisch doch ohne Schaden speisen.

Weit genießbarer sind aber die Fische, welche zum Häringsgeschlechte gehören. Diese sind*: der Pöckelhäring, die Spratte, die Sardelle, die Alose und die Borstenflosse. Der frische Pöckelhäring hat ein weiches, weisses, schmackhaftes, theilbares, fettes, süsses, nicht zähes, guten Nahrungssaft gebendes Fleisch. Man siedet ihn im Salzwasser, und speißt ihn mit Rettich und Eßig; auch bratet man ihn auf dem Roste, oder dämpft ihn mit Butter. Die Flandrischen, welche von den Nordländern an der dem Herzogthum York gegenüber liegenden Küste gefischt werden, und um die Zeit des Winterjohannistages gefangen worden, sind die besten. Im mittelländischen Meere findet man keine. Bey Drontheim in Norwegen fängt man gleichfalls, sie sind aber hart, zähe, und nicht so saftig. Die frischgesalzenen

sind

sind ein grosses Beförderungsmittel der Eßlust, und nützlich in schleimichten Krankheiten, daher schreibt Tulpius, weiland Arzt und Bürgermeister in Amsterdam, daß die Aerzte nicht viel zu verdienen haben, wenn die Häringe kommen. Die Häringe vom Bothnischen Meerbusen sind unter allen die schlechtesten. Die gesalznen und geräucherten Heringe kennt man unter dem Namen Picklinge, wovon die besten aus England, wie auch von Enkhuysen kommen, welche letztere den Namen Strandpicklinge führen. Sie zuzubereiten hat der Niederländer Wilhelm Benkel erfunden (und seine Erfindung hat der Welt mehr Nutzen geschaft, als die neuerliche der Gebrüder Montgolfier.) Wie alle eingesalzene und geräucherte Speisen, so sind auch die Piklinge hart, trocken, wenig nährend und schwerverdaulich, geben auch zu scharfen Säften Gelegenheit. Man nimmt zum Räuchern die größten, die am Ende des Winters gefangen, und noch vor dem Einsalzen ausgeweidet worden. Fliehen muß man bey der Auswahl der Häringe zum Essen die alten und gelblichten, deren Fleisch gleichsam zerrinnt, und deren Fett ranzicht ist. Sie

machen

machen Durst, scharfe Säfte, und sind schädlich den Krätzigen und mit Geschwüren behafteten Leuten. Ueberhaupt müssen alle Häringe vor dem Genusse wohl gewässert werden. Die Spratte hat ein fettes, zartes Fleisch. Man trocknet sie sowohl an der Luft, als im Rauche, und in beyder Gestalt giebt sie eine angenehme Speise. Die englische Sardelle heißt gemeinhin der Bretling und wird gleich den Picklingen gesalzen und geräuchert. Die gemeine Sardelle, die ihren Namen von der Insel Sardinien hat, wird ihres Kopfes und Galle beraubt, hierauf eingesalzen, und an die Sonne gehängt, bis ihr Fleisch anfängt, weich zu werden. Man ißt sie roh mit Cappern und Oliven, oder auch als sogenannten italiänischen Salat, welcher weiland den Wittwern beym Leichenessen vorgesetzt zu werden pflegte, um den Entschluß zur zweiten Heirath zu erleichtern, mit Eßig, Oel und Pfeffer. Der Anschog, oder die Anschovie, ist nur eine Spielart von der Sardelle, und wird auf eben die Art bereitet und genossen. Beyde stimuliren alle Organe des Körpers, machen Appetit und lösen Schleim auf. Die Giftmischer, welche

welche unter dem Namen der französischen Köche bekannt sind, suchen durch den Zusatz von diesen Fischen ihre Saucen und Ragouts unschädlicher zu machen. Die Alose, oder Alse, welche von manchen irrig gleichfalls die Sardelle genannt wird, hat ein Fleisch, das fett und roth ist, und wie Lachs schmeckt. Man ißt sie geräuchert. Die Borstenflosse wird von den Caraiben unter die besten Fische gerechnet. Browne merkt aber in seiner Naturgeschichte von Jamaica dabey an, daß sie nicht selten giftig sey.

Unter die Fische, welche in Meeren und Flüssen zugleich gefunden werden, gehört der Stör, von welchem oben schon gesprochen worden. Ferner das Salmengeschlecht, wozu die Lachsforelle, die Forelle, der Lachs, der Huche, der Sämling, der Salvelin der Röthling, oder Rothauge, die Asche, der Stint oder Alander, die Bergforelle, der Weißfisch, der Schnepel, und der im Genfer und Bodensee befindliche Gangfisch oder Blauling gehören. Die meisten dieser Fische geben, wenn schon ihr gewöhnlicher Aufenthalt ein Meer oder ein

ein See ist, zur Zeit des Laichens in die Mündungen der Flüsse rückwärts. Fast alle sind Raubfische. Die Lachsforelle hat ein rothes, sehr delicates Fleisch, das aber seines vielen Fetts wegen nicht im Uebermasse genossen werden darf. Pontoppidan macht die Bemerkung, daß sie zuweilen eine Krankheit bekomme, wodurch sie zum Essen untauglich werde. Die Forelle (welche sich im Genfersee vorzüglich gut findet, und daher von da mit Staffeten in die Küchen der Schlemmer in Paris gebracht zu werden pflegt) ist von zweyerley Spielart. Die eine hat schwärzlichte Flecken und ein weisses, weiches, zähes, unschmackhaftes Fleisch: die andre aber ist mit röthlichten Flecken gezeichnet, hat ein derbes, theilbares, schmackhaftes, wohlnährendes, gesundes, rothes Fleisch. Auf diese sind die Lobsprüche anzuwenden, welche man in medicinischen Tischbüchern findet. Im Sommer ist sie am besten, im Winter wird ihr Fleisch weißlicht, und schmeckt ungleich schlechter. Die jungen Forellen sind den alten vorzuziehen, und die in Seen oft fetter, als die Bachforellen. Man ißt sie am liebsten frisch, eingesalzen

zen taugen sie weniger. Der Lachs, welcher sich im Meer aufhält schmeckt unangenehm. Ueberhaupt haben alle alte Lachse ein trocknes und hartes Fleisch. Man lobt sich die Lachse, welche im Rhein, in der Elbe und in der Weser gefangen werden. (Man fieng sie weiland auch gut in der Saale bey Jena, da dieser Theil des Flusses dem Lachsen noch nicht von anders woher durch Gitter unzugänglich gemacht war.) Das Fleisch der frischen Flußlachse ist zart, annehmlich, theilbar, süsse, fett, wohlnährend, und wird frisch eingesalzen von Leckern vorzüglich geliebt. (Man kocht das ungesalzene mit Wein, Gewürz und Lorbeerblättern, pflegt es auch zwischen Papier zu braten.) Das geräucherte verliert viel von der Annehmlichkeit; roh mit Pfeffer und Eßig gespeißt, ist es gesünder, als mit Butter in der Pfanne gedämpft. Es wird durch dies Dämpfen härter und unverdaulicher. Zu fett darf es nie genossen werden, weil es alsdenn Eckel und Fieber verursacht. Junge Lachse sind ausserordentlich schmackhaft, leckerhaft, fett und wohlnährend. Doch muß man auch diejenigen meiden, welche allzufett sind. Der Huche,

der Sämling oder Sälmling, der Salvelin und der Weißfisch kommen in der Qualität mit einander überein. Sie sind mehr schlechte als gute Fische, doch ist der Sämling noch der beste unter ihnen, sehr fett, schmackhaft, zart, theilbar, leichtverdaulich und von nicht schlechtem Nahrungssafte. Der Röthling hat seinen Namen von dem rothen Fleische, und wird nach Zückert am besten in warmem Wein abgekocht, damit sein Fleisch nicht zu weich werde. Seine Qualität ist der von den Forellen sehr ähnlich. Die Asche soll nach Feldquentel riechen und führt daher im Lateinischen den Namen Thymallus. Ihr Fleisch ist weiß, etwas derbe, theilbar, leichtverdaulich, wohlschmeckend, so daß manche es noch den Forellen vorziehen, sehr gesund, daher auch Kranken zu erlauben, und ungemein wohlnährend. Vom Stint oder Alander sagt man, er rieche wie Veilchen, und habe daher den Namen Seeveilchen bekommen. Unsre Urschrift im Gegentheil behauptet er stinke standsmäßig wie ein Raubfisch. Man fängt ihn zur Herbstzeit, wenn er sich in Flüssen, die ins Meer fallen, sehen läßt. Sein Fleisch ist schmackhaft, weich, leichtverdaulich,

nährt

nährt aber schlecht. In Upsala wird er nach Linne, im Anfange des Frühlings so häufig gefangen und verkauft, daß er alle Gassen ausstinket, und damit den Upsalern das Frostfieber zuzieht. Die Bergforelle oder der Rothfisch macht beynahe die einzige Nahrung der schwedischen Lappländer aus. Dieser Fisch lebt fast blos von der Müke, die da heisset Culex pipiens, die er fleißig wegschnappt. Man rühmt seine ausserordentliche Schmackhaftigkeit. Er wird auch in den Waldwassern in England gefangen. Der Schnepel wird auch in der Elbe gefangen. Man trocknet ihn und pflegt ihn mit Rüben abzukochen, in welcher Gestalt er sehr wohlschmeckend seyn soll. Sein Fleisch ist zart, theilbar und nicht ungesund. Der Gangfisch, oder Blauling, (bey den Anwohnern des Bodensees die Felche) nährt sich blos von Fischlaich. Sein Fleisch ist ausserordentlich schmackhaft. Man bratet ihn auf dem Roste, wie auch zwischen Papier, und ißt ihn mit Eßig und Pfeffer. Nicht minder wird er auch eingesalzen und geräuchert in entfernte Gegenden versandt. Die Spielart, welche Ferra heißt, findet sich im Genfersee, und ihrer

wird im sechsten Theil der neuen Heloise gedacht.

Nach dem Vorgange unsrer Urschrift haben wir jetzo von den Lampreten zu sprechen. Die grosse, oder eigentliche Lamprete, ist eine Bewohnerin des mittelländischen Meeres, der Nordsee und andrer grossen Gewässer. Doch wird sie auch im Frühlinge acht und mehr Meilen einwärts in Flüssen gefunden, die sich ins Meer ergiessen. Sie wird oft drey Schuh lang, und ist in manchen Stücken mit dem Aal zu vergleichen. Ihr Fleisch ist wohlschmeckend, giebt aber einen zähen Saft. Man erlaubt es daher niemand, der an Nerven leidet. Die unter dem Namen Brikke oder Neunauge bekannte Flußlamprete wird kaum halb so groß, wie die vorige Art. Mit ihrem Maule kann sie sich beynahe so fest, wie der Blutygel, ansaugen. Neunauge heißt sie wegen der neun augenförmigen Luftlöcher auf jeder Seite, womit sie das eingesogene Wasser von sich sprützt. Frisch hat sie einen eckelhaft süslichten Geschmack, aber auf dem Roste gebraten und in Eßig eingebeitzt wird sie härter und schmackhafter,

hafter, stößt jedoch sehr aus dem Magen auf. Man pflegt sie auch leicht einzusalzen und zu räuchern. Nicht minder zu dörren, zu kochen, und mit einem Teige zu überziehen.

Der Flußaal wurde von den Römern verachtet, von den Griechen bis zur Ausschweifung geliebt. Sie nannten ihn den göttlichen, und die Königinn der Wollust. Zikesius muß ihn sehr gern gespeißt haben, da er mit Lobsprüchen auf ihn sehr verschwenderisch gefunden wird. Sein Fleisch ist süß, wohlschmeckend, fett, seiner Fettigkeit wegen aber höchst schwer zu verdauen. Uebermäßig genossen erweckt es Eckel, Erbrechen, zuweilen auch Fieber, und Gallenruhren. Die Salernitaner rathen, es in starkem Salzwasser zu sieden, und beym Genusse fleißig guten Wein nachzutrinken. Noch besser ist es, ihn in Eßig abzusieden, oder auch mit Salbeyblatt umwunden zu braten und mit Citronensaft zu speisen, oder auch in Eßig gekocht mit Salz und Gewürz bestreut zu geniessen. Der getrocknete und geräucherte, den die Niedersachsen sehr hoch halten, ist schwer zu verdauen.

Die Fische, welche in das Barschengeschlecht, oder zu den Bersichen, gehören, sind folgende. Der Flußbarsch, der Kaulbarsch, der Zander oder Sandbarsch, der Zingelbarsch, der Seehecht, der Weißbarsch. Der Flußbarsch ist vorzüglich im Sommer schmackhaft und fett, hat ein derbes etwas hartes, aber doch verdauliches Fleisch. Im April ist er am ungesundesten, sonsten zu allen Jahrszeiten gut. Man speißt ihn mit Petersilje in der Brühe. Der Kaulbarsch kömmt mit jenem überein, und ist in der vierzigtägigen Fastenzeit vorzüglich gebräuchlich. Der Zander hat ein weisses, zartes, fettes, weiches, wenig schleimichtes und wohlnährendes Fleisch. Von ihm gilt übrigens, was vom Flußbarsche geschrieben steht. Gesalzen und geräuchert sind die Barsche nicht so gut, als frisch. Dies alles ist auch von dem Zingelbarsche zu sagen. Der Seehecht und Weißbarsch sind die delicatesten von der ganzen Gattung.

Folgende Fische werden mehr in Flüssen und stehenden kleinen Wassern gefunden: der Hecht, die Karausche, die Prasse oder der Schneider-

karpfe,

karpfe, die Barbe, die Schleie, der Karpfe, der Blik, oder Bley, der Orf oder Rothkarpfe, der Rothflosser, das Rothauge, der Döbel, die Ellrize, der Günster, der Nasenfisch, der Bratfisch, die Lauke, der Spirling, der Gründling oder die Grundel, der Koppe, die Bartgrundel oder Schmerl, der Peizker oder Schlammbeisser, die Dorngrundel oder der Steinbeisser, der Wels oder Schaidfisch, und die Trusche, Quabbe oder Aalraupe. Wie denen aus Sümpfen der Sumpfgeschmack zu nehmen sey, ist schon gelegenheitlich gesagt worden. Unsrer Gewohnheit nach merken wir von jedem noch etwas insonderheit an.

Der Hecht ist einer der schlimmsten Raubfische, der auf dreyßig und mehr Pfunde schwer wird, und nicht allein Fische, sondern auch Wasservögel und kleine vierfüßige Thiere frißt. Da er in Italien schlechter und unschmackhafter ist, so achteten ihn die Römer nicht, und sowohl Ausonius als der neuere Paul Jovius sprechen in keinen vortheilhaften Ausdrücken von demselben. Aber die Franzosen, Niederländer und Deutsche finden den Hecht, der ihr Lands-

mann ist, achtungswerther, zumal, wenn er in reissenden und hellen Strömen gefangen worden. Das Fleisch eines solchen, im Fall er nicht zu alt und groß, sondern mittelmäßig ist, findet man derb, angenehm, theilbar, leicht-verdaulich und wohlnährend. Beym alten so wie beym Sumpfhecht findet man aber das Gegentheil. Die jungen Hechte nennt man Brathechte, und sie geben eine so leichte, gesunde und wohlverdauliche Speise ab, daß man sie auch den Kranken erlauben darf. Man ißt auch ältere Hechte gebraten, doch mehr in der Brühe, und im Salzwasser.

Die Karausche übertrift den Karpfen oder Spiegelkarpfen, an Schmackhaftigkeit, Zartheit, Weichheit, Leichtverdaulichkeit, und Fähigkeit, wohl zu nähren. Man zieht bey dieser Art den Milchner dem Rogner, und den grossen Fisch dem kleinen vor. Die Bereitung ist, wie bey dem Hechte.

Die Prasse oder der Schneiderkarpfe wird von unsrer Urschrift als stinkend, schwerverdaulich und schlechtnährend verworfen. Plenk und

und Zückert mildern dies harte Urtheil. Letzter führt an, daß dieser Fisch im Winter unter dem Eise fett werde. Beyde sagen, das Fleisch desselben sey weich, und schmecke nicht unangenehm, läugnen aber doch nicht, daß es schwer zu verdauen sey. Gebraten und mit Gewürzen ißt er sich am besten.

Unter den Barben wählt man die großen vor den kleinen, da jene schmackhafter sind. Unsre Urschrift giebt ihr das Lob, sie sey der einzige Fisch, der mit zunehmenden Jahren nicht schlechter werde. Man muß die nehmen, welche in einem Flusse, und zwar im Maymonate gefangen worden. Die Eyer soll man wegwerfen weil Timäus von Güldenklee will eine Gallenruhr davon entstehen gesehen haben *) Das Fleisch ist weiß, weich, auflöslich, und giebt einen guten Nahrungssaft, hat aber viele Gräten.



*) Ohne in die Erzählung dieses Arztes das geringste Mistrauen zusetzen, die auch von Zückert und Plenk in ihre Werke nachgetragen ist, muß ich doch bekennen, daß dies nicht ganz allgemein wahr ist,

Die Schleie nennt Ausonius den Trost des Pöbels, vermuthlich weil sie in Italien nicht unter die guten Fische zu rechnen ist. Aldrovandi aber unterscheidet zwischen der in Sümpfen und in Flüssen, und ertheilt letzterer vieles Lob. Nicht zu läugnen möchte seyn, daß, wenn sie schon, wie Zückert lehrt, mit ihrem süssen und angenehmen Geschmacke dem Gaumen schmeichelt, und wie Plenk versichert, sich gut zu Brühen und Gallerten schickt, sie doch ihres zähen Saftes wegen nicht ganz gesund und etwas schwerverdaulich ist. Sie ißt sich besser gebraten und gewürzt. Sie laicht im Frühling und Sommer.

Der Karpfe, auch Edelkarpfe und Spiegelkarpfe genannt, war gleichfalls bey den Alten nicht sehr in Ehren. Plinius behauptet Meerkarpfen, Sebiz läugnet sie, und möchte wohl

ist, und ich schon mehrmals diesen Rogen gespeißt habe, ohne den geringsten Schaden an meiner Gesundheit zu nehmen. Freilich mag er aber in einem schon zuvor verdorbenen Magen, in den von Rechtswegen gar keine Fischspeise gehört, sowohl dies als noch mehr andre Uebel anstellen. W.

wohl Recht haben. In England kennt man diesen Fisch erst seit Anfang des vorigen Jahrhunderts, wie Linne anmerkt. Je grösser und älter ein Karpfe ist, desto schlechter dient er auch zur Speise. Sumpfkarpfen stinken nach Morast und sind ungesund. Auch liebt man von diesem Fisch überhaupt mehr den Milchner, dessen Milch hectischen Kranken angepriesen wird, als den Rogner, aus dessen Rogen der rothe Caviar bereitet zu werden pflegt. Nicht minder hat man lieber einen Mittelkarpfen, das ist, einen von mittler Grösse, als einen kleinen. Man fischt sie vom Frühlinge an, bis zu Ende des Herbstes. Die Lecker loben sich den Sezling, das ist den jährigen Karpfen, wie auch an dem ganzen Fische, nach dem Zeugnisse von Zückert, die Leber, den Kopf, und hauptsächlich den so fleischichten Gaumen der fälschlich im gemeinen Leben die Karpfenzunge geheissen wird. Man erzieht ihn auch, diesen Freßhelden zu gefallen, in Teichen. Sein Fleisch ist weich, zart, süsse, wenig schleimicht, leichtverdaulich, gesund und wohlnährend. Man ißt ihn gesotten mit Eßig und Meerettig, oder auch mit seinem eigenen

Blute,

Blute, als schwarzen Pfeffer, und mit Eßig gekocht, oder auch gebacken. Da er vor andern Fischen blutreich ist, muß er wohl ausgewaschen werden.

Der Blik oder Bley laicht im Maymonate, wird im Winter, gleich der Prasse, der er in Zartheit des Fleisches weit vorzuziehen ist, unter dem Eise fett, und hat ein sehr gesundes Fleisch.

Der Orf, der Rothflosser und das Rothauge lassen sich nicht übel in diätetischen Schriften neben einander stellen. Ihr Fleisch ist leicht, trocken, wohlschmeckend, von gesundem Safte, im April und Maymonat am besten, und vorzüglich gut gebraten zu essen.

Der Günster, welcher auch Flinkling und Weißfisch hie und da heißt, und der Döbel, wie auch die Ellrize und der Nasenfisch oder die Nase, kommen nicht minder in vielen Stücken mit einander überein. Sie sind alle stark mit Gräten durchwachsen, und in der Qualität des Fleisches sind der Günster und

Na-

Nasenfisch unter allen die schlechtesten. Etwas besser aber die übrigen zwey, deren Fleisch leicht, wohlschmeckend und von gutem Saft ist. In diesen Eigenschaften gehen ihnen der Bratfisch, die Lauke und der Spirling dennoch vor, als welche leichtverdaulich, weich, mäßig fett, und höchst angenehmschmeckend sind, und sich gleich gut sieden und braten lassen.

Die Grundel, welche auch Kreßling und Leutesser heißt, der Schmerl, der Schlammbeisser und der Steinbeisser haben ebenfalls manchen Punct, worinn sie mit einander übereinstimmen. Sie sind såmtlich kleine Fischchen, die in fliessenden Wassern besser, als in stehenden, gedeihen, und sich vorzüglich im Frühjahre gut essen lassen. Der Schlammbeisser ist, in eine gläserne Flasche mit Wasser und Sand eingeschlossen, ein lebendiges Thermometer und deutet durch seine Unruhe die Wetteränderungen an, wie solches schon vor neun und neunzig Jahren in den Ephemeriden der kaiserlichen Akademie der Naturforscher ist angemerkt worden. Dafür ist sein Fleisch schlechter, als das vom Schmerl, und das vom

Stein-

Steinbeisser, noch schlechter, als jenes. Man pflegt seltener diese Fischchen zu sieden, gewöhnlicher in Butter zu backen. Der Koppe, oder das Kaulhaupt, ist ein weiches Fischchen, voll Eyer, die man gern essen kann, leichtverdaulich, im Januar am besten zu essen.

Der Wels ist unter allen Flußfischen der grösseste. Die Juden dürfen ihn nicht essen, weil er keine Schuppen hat. Sein Fleisch ist weich, überaus fett, wohlschmeckend, nahrhaft, zugleich aber zähe und den Magen erschlappend. Man lobt den jüngern vor dem ältern. Er wird gesotten und mit Gewürzen gespeißt. Gesalzen schmeckt und taugt er nicht.

Die Quabbe oder Aalraupe hat ein weiches, süsses, mittelmäßig schleimichtes Fleisch. Derber und weisser ist es bey der, die in Sümpfen lebt, gesunder von der, die sich in fliessenden Waßern aufhält. Die Leber davon ist ein sehr geschätzter Leckerbissen. Vom Sommer bis in den Winter ist dieser Fisch eßbar. Man zieht ihm beym Kochen seine schleimichte Haut ab, und würzt ihn gelinde. Der sehr fette ist besser, wenn er gebraten wird.

Den

Den Stichling oder Stichbüttel, wie auch die Meergrundel, die in der Saale, Oder und Elbe befindliche Zärte, den Seebarsch, die Meernadel, die Meerleyer, den Seeguguck, die Meerleuchte, die Meerschleie, den Meerpfau, den Sanct Petersfisch, den Stacheldrachen, den Degenfisch, die Meeräsche oder den Groskopf, die Seekrähe, den mittelländischen Kornährenfisch, die Nilgrundel, den Dornhay, den Hammerfisch, den Menschenfresser, oder Requin, den Sägefisch, die Meersau, den Seeteufel, oder Meerfrosch, den Mühlsteinfisch, grossen Stachelfisch, den Schnepfenfisch, die Spiznadel und das Seepferdchen ist genug, hier mit Namen zu nennen, um den weiten Umfang dieses Theils der Materia Alimentaria zu zeigen.

Von den Fischen, die von den Systematikern unter die Amphibien gezählt werden, ist schon seines Orts gesprochen. Nun sind uns noch diejenigen Amphibien übrig, die da schwimmen können, ohne Floßfedern zu haben, unter welchen sich einige so gut, als jene, zur Speise schicken. Unsre Urschrift hat nichts davon.

Unter

Unter dem zahlreichen Geschlechte der Schildkröten sind es hauptsächlich vier Gattungen, welche zur Speise gebraucht zu werden pflegen: nemlich unsre in Europa nicht ungewöhnliche Flußschildkröte, die im östlichen Indien wohnende Schlammschildkröte, die auf den Inseln des grossen Weltmeers bekannte Riesenschildkröte, und die sich auf den amerikanischen Inseln aufhaltende Karettschildkröte. Das Fleisch der ersten von diesen vieren, wovon die Landschildkröte blos eine Abart seyn mag, ist dem Ochsenfleische zu vergleichen. Doch ist es nicht so schmackhaft, wie das von der dritten Gattung, und giebt eine dicke und schleimichte Nahrung. Man kann sich, wie Zückert versichert, damit mästen. Ritter und Professor Trnka de Krzowitz verordnet die Brühe davon *) hectischen Kranken, und behauptet, daß, nach der Fleischbrühe vom eßbaren Frosche, keine so sehr die Hitze und Trockenheit des Zehrfiebers zu mildern im Stande sey. Man gräbt bekanntlich die Schildkröten aus ihrem Schilde

*) Histor. febris hecticae p. 345. weil sie nemlich weniger, als andre Fleischbrühen, alcalescirt. W.

Schilde heraus, haut ihnen Kopf, Schwanz und Füsse ab, siedet sie hierauf in Wasser so lange, bis ihr zähes Fell sich leicht vom Körper abziehen läßt, dämpft sie hierauf, mit einem Zusatze von Knoblauch, Salz, nach Belieben Safran, und andern Gewürzen. Gleiche Qualität und Zubereitung geben die Schriftsteller auch bey der Schlammschildkröte aus Indien an.

Das Fleisch der Riesenschildkröte, die, wegen ihrer ungeheuren Grösse, diesen Namen nicht mit Unrecht führt, ist weißgrünlicht von Farbe, ihr Fett gleichfalls, und beydes mit dem vom Kalbe zu vergleichen, folglich gesund und nicht schwerverdaulich. Sie ist in Amerika so groß, daß sich achzig Mann an einer solchen Schildkröte sattessen können. Man siedet und bratet sie. Nach Bruyerinus, Geoffroy und Fermin wird sie auch eingesalzen, um in ferne Gegenden versandt werden zu können. Ihr Fett färbt den Harn grün. Ihre Eyer werden gleich den Hünereyern bereitet und genossen. Das delicateste Fleisch derselben ist in der Gegend der Rippen, und wird gebraten mit

dem Fette des Thiers, Salz und Pfeffer, und Citronensaft gewürzt, und gespeißt. Mit der Fleischbrühe dieser Schildkröte soll man den Scorbut und die Lustseuche heilen können.

Das Fleisch der Karettschildkröte schmeckt wohl, hat eine purgirende Kraft, und wird daher auch scorbutischen und venerischen Subjecten angepriesen. Wenn man viel davon ißt, färbt es den Urin und den Schweiß. Unter allen Schildkröteneyern werden die von dieser Gattung, ihres besondern Wohlgeschmacks wegen, vorgezogen.

Unter den siebzehn Arten von Fröschen, welche im Linneischen Natursysteme paradiren, ist nur eine einzige, welche den Namen des eßbaren Frosches führen darf, wenn von der Speise für Menschen die Rede ist. Dieser eßbare, oder grüne Wasserfrosch, geht in nordlichen Climaten zu Ende des März, wenn er noch jung ist, bey reifern Jahren erst zu Ende des April aus dem Schlamm hervor, welcher ihm zum Winteraufhalte diente. Man hat sich dies zu merken, weil die Leute, welche mit

Frosch-

Froschschenkeln handeln, schon zu Anfange des Märzen ihre Waare feil bieten, die, wie Spielmann *) bemerkt, unmöglich von diesem eßbaren Frosche, sondern von ein Paar höchst uneßbaren müssen genommen seyn. Die Liebhaber dieser unsre Wenigkeit zum Würgen und Erbrechen zwingenden Speise versichern, daß sie so gut sey, wie junge Hüner. Allein sie nährt weit weniger und giebt sehr sparsam Gallerte. Man siedet ausgeweidete Frösche in Wasser, bis sie so weich werden, daß alle Beinchen abfallen, und verkocht sie sodenn mit Reiß oder Gerstenschleim. Auch macht man aus Froschschenkeln in der Schweiz und in Frankreich sehr niedliche Fricasseen. Nicht minder werden diese Schenkel gebraten auf die Tafel gebracht. Den Schwindsüchtigen empfiehlt sich dies alles so sehr, als den Gallensüchtigen. Man muß zum Essen Frösche aussuchen, die grün, fleischicht, fett sind, und nicht im



*) Cum haec rana serius ex limo prodeat, hinc euidens est, quod femora, quae primo uere comedere solent, siue a bufonibus siue a rana temporaria desumantur. Inst. mat. med p. 174.

Schlamme sondern in hellen Wassern quäcken. Denn die im Sumpfe sich auch vom May bis in den October, als der besten Zeit Frösche zu speisen, aufhalten, sind dem Magen beschwerlich, und verursachen Kacherien und Fieber.

Von der europäischen Viper gab man weiland den Leib, nach abgehauenem Kopfe und Schwanze, wie einen Fisch appretirt den Aussätzigen zu essen. In Nigritien ist sie noch auf diese Stunde das Mittel wider den Aussatz. Die Aerzte verordnen heut zu Tage in Europa blos die Brühe davon, und auch dies, ausser Italien, ziemlich selten. *)

Von dem Crocodil, dem Leguan und der Abgottschlange, davon jener beyden Eyer, und dieser ihr Fleisch, ausserhalb Europa gespeißt zu werden pflegen, ist hier um der Kürze willen, nichts weiter zu sagen.

Noch

*) Wer mehr über diese Materie zu lesen Lust hat, lege unser Buch auf ein Paar Stunden beyseite, und lese die zu Tübingen 1768. von Oetinger und Storr vertheidigte Gradualschrift, de curis viperinis.

Noch ist von eßbaren Insecten und Gewürmen zu sprechen *). Das einzige Insectengeschlecht, wovon der Mensch etwas ohne Eckel genießt, ist das Geschlecht der Krebse. Aus diesem wählt er sich aber blos die fünf Arten, welche unter den Namen Flußkrebs, Taschenkrebs, Hummer, Garnäle, und Squillenkrebs bekannt sind. Unter den Flußkrebsen muß man zum Essen auswählen die mittelmäßig grossen, die vom May bis den August gekrebset worden, als in welcher Zeit sie fleischicht und voll von Eyern sind, und sich in hellem Wasser aufgehalten haben. Die Krebse, welche man mit Milch füttert, sind die leckerhaftesten. Man kann sie aber auch mit Ochsenleber mästen, wie Linne anmerkt. In den Blättern der Nessel bleiben sie lang leben, wenn man Eßig,

 oder

*) Wobey wir uns aber billig enthalten, von dem Essen der Heuschrecken, der Spinnen, und der Scorpionen zu schreiben, und um deswillen auf den fünften Tom der Hallerischen Physiologie in Quart S. 205. f. verweisen. W. Von den Heuschrecken mögen noch insonderheit nachgesehen werden, die schwedischen Abhandlungen B. 18. S. 81. nach Kästners Uebersetzung.

oder wie Plenk will, Bier darauf gießt. Das Fleisch derselben ist, unsrer Urschrift zufolge, angenehm, doch etwas hart und schwerverdaulich. Wo es verdaut wird, giebt es reichliche Nahrung und consistente Säfte, daher es auch den Schwindsüchtigen empfohlen wird. Plenk merkt an, und wir können es ihm aus Erfahrung an uns selbst leider nachschreiben, daß die Krebse etwas höchst scharfes an sich haben, wovon man Halswehe bekommen kann, und gleichfalls ist uns bekannt, daß auf den Genus derselben bey manchen sich exanthematische Krankheiten einfinden. Wer gar zu fleissig davon speißt, setzt, weil dieselben reich an einem harnhaften und alcalischen Salze sind, sein Blut in Gefahr, sich aufzulösen, und Blutspeien und Auszehrung zu bekommen. Krebssuppen, Krebsbutter und Krebskäse sind sehr nährend, und, ihrer laugenhaften Beschaffenheit wegen, denen dienlich, die an Säure leiden. Die innwendigen Eyer sind, nach Zückert, schmackhaft und gut, die aussen unter dem Schwanze hart und schwerverdaulich. Die ärgsten Krebsfresser wohnen, nach eben demselben, in der Mark Brandenburg.

Der

Der Taschenkrebs übertrift alle übrigen Seekrebse an Delicatesse. Man backt ihn in der Pfanne, oder kocht ihn auch mit einer sauren Sauce, oder speißt ihn kalt mit Oel, Essig nnd Pfeffer.

Der Hummer ist unter allen Krebsen der größte. Sein Fleisch ist hart, höchst schwer zu verdauen, und das Schwanzstücke kaum genießbar. Man wählt zum Essen vorzüglich das Fleisch der Scheeren, das man lang in Wein und Gewürzen abgekocht hat. Die Weibchen werden den Männchen vorgezogen.

Die Garnäle, welche in der Ostsee zu Hause ist, und nicht grösser wird, als der Finger eines neugebohrnen Kindes, ist ausserordentlich zart und schmackhaft. Die geschälten Schwänzchen derselben insonderheit werden mit Pfeffer, Salz und Eßig appretirt.

Der Squillenkrebs, welcher unter dem Namen der Krabbe manchem Leser bekannter seyn wird, war schon ein Leckerbissen der Alten, und ihre Dichter sprechen mit Entzückung von ihm.

Das Fleisch dieses Krebses ist süsse und angenehm, und giebt eine reichliche und gute Nahrung. Unsre Urschrift giebt sie für schwerverdaulich aus, Zückert aber, welchen Plenk, so wie bey der Garvåle, von Wort zu Wort abgeschrieben hat, versichert, daß diese kleinen Krebschen gesotten von Hamburg aus in andre Orte verschickt würden, und leichtverdaulich seyen.

Unter dem eßbaren Gewürm steht unsre gemeine große Weinbergschnecke *) oben an. Denn die rothe nackte Erdschnecke mag wohl den Römern und Griechen behagt haben, ist aber heut zu Tage zum Essen nicht mehr gebräuchlich. Die Weinbergschnecke fodert zum Verdauen einen guten Magen, weil ihr Fleisch sehr zähe und schleimicht ist. Für die Liebhaber der Fastenspeisen wird sie in Fässern mit süsser Milch fettgemacht. Man siedet sie und macht eine Sauce von Eßig, Meerrettig und Butter oder Oel daran, und in dieser Gestalt

*) Helix Pomatia L. Cochlea terrestris gypso obserata bey Aldrovandi.

stalt sind sie manchen angenehm. Man muß sich aber hüten, zu viel davon zu essen, sonst wird man mit Rülpsen, Knurren in den Gedärmen, Engbrüstigkeit, und schwerer Verdauung, ja sogar auch mit Wechselfiebern für diese Näscherei bestraft. Zückert wundert sich, warum sich manche unterstanden haben, die Schnecken den Schwindsüchtigen zum Genus anzupreisen? Ritter Trnka de Krzowitz versichert aber in dem schon einmal genannten Buche, daß die hectische Schwindsucht mit Sulzen von Schnecken wirklich geheilt worden sey.

Von den Seeygeln, Seeicheln, Patellen, Schraubenschnecken, Venusmuscheln, Chamen, Seenesseln und Seesternen haben wir nichts zu sagen, als daß die schwelgerischen Römer und Griechen an sich ihrem Genus ergötzten, wir aber, nach Zückerts Vorgange, sie theils entbehrlich theils schädlich finden.

Ganz anders aber ist es mit den Austern beschaffen, die schon Seneca nicht unwitzig mehr eine Ergötzung, als eine Speise genannt hat. Die Römer lobten sich anfänglich die

von Locri, nachmahls die brittischen, und vorzüglich die von Cyzikum, die grösser als jene und angenehmer als diese sind. Heut zu Tage sucht man vorzüglich die englischen, denn die Holsteinischen, und, wenn man sie nicht besser haben kann, die Holländischen. Die Auster hat ein weiches, schleimichtes, feuchtes, wenig nährendes Fleisch. Ob sie gesund oder ungesund sey, ist weiland unter den Aerzten, von Galen an, sehr bestritten worden. Allein die Liebhaber dieser Speise sagen mit einem Dichter, der zu bescheiden ist, um im Publikum für einen Dichter zu gelten;

Wir lachen der Aerzte Verbot, und Tronchins stygischer Lehren,
Der heile Lebern todt curirt.

Frische und rohe Austern erquicken, wie unsre Urschrift sagt, den Magen durch ihr angenehmes Salz, heilen die verlorne Eßlust, helfen zum Stuhlgang, und spannen die Feder der Mannheit. Zückert findet sie leichtverdaulich, und fähig die Schärfe der Säfte stumpf zu machen, erlaubt sie daher Schwindsüchtigen, und hat hierinn die Beystimmung von Profes-

sor

sor Trnka de Krzowitz welcher in zwey Stellen des schon erwähnten Werkes die Wahrnehmung des Lindan aufführt, der zufolge sich ein schwindsüchtiges Frauenzimmer von zwanzig Jahren an einigen Dutzenden Austern, deren sie je eines in einem Tage aß, gesund gegessen hat. Man muß aber in der Auswahl der Austern, die man essen will, vorsichtig seyn. Man nimmt die frischen, mittelmäßig großen, zarten, saftreichen, in hellem Wasser gefischten. Die englischen Austern, welche die Holländer Groenbaerties, das ist verdollmetschet: Grünbärte nennen, weil sie grünlicht aussehen, werden am meisten gesucht. (Man muß aber, um nicht von Bösewichtern, welche schlechte Austern mit Grünspan färben, um sie für englische zu verkaufen, zur Probe eine Auster in einer Brühe von Salmiack absieden, wobey sich der Betrug oder Nichtbetrug sehr leicht entdecken wird, indem der Salmiack den Grünspan auszieht und niederschlägt.) Auch muß man *) keine Austern zu der Zeit essen

*) Zufolge einer Warnung von Geoffroy im sechsten Bande seiner durch so manches neuere Werk noch lange

essen, wo sie Eyer legen, denn alsdann haben sie eine Krankheit, welche in unzähligen rothen Würmchen besteht, und sie höchst schädlich zu essen macht. Daß Ritter Linne der Vater sich durch die Erfindung Perlen zu ziehen, den Adel erwarb, ist bekannt. Derjenige, welcher zuerst den Einfall hatte an den Küsten mitternächtlicher Länder die Austern ordentlich auf Austernbänken zu hegen, verdiente gewiß nichts geringers. Austern, die im Seeschlamme gefischt worden, taugen nicht, denn sie schmecken schlecht, und sind hart und schwerverdaulich. Dieser Tadel trift auch in etwas die mit Butter, Brodgrumen und Gewürzen in ihrer eigenen Schaale gebratenen, wenn Plenk Recht hat, welcher in diesem Stücke von Zückert abweicht, der sich hierinn mehr dem Sinne von unsrer Urschrift nähert, und auch die gebratenen mit Pfeffer, Salz und Lorbeerblättern gewürz-

lange nicht unnütz gemachten Materia Medica S. 73. und von den Nouveux Mémoires sur l'Italie par deux Gentilshommes Suedois. 1764. T. II. p. 110. die Plenk in seinem Werke S. 282. anführt. W.

würzten Austern gänzlich verwirft, weil sie Aufstossen, Blähungen und Eckel verursachen. Dieser letztern hat Plenk zu erwähnen vergessen. Der Steinbohrer oder die Pholade, und das Kammdoublet stehen mit den Austern als Speise in gleichem Verhältniß.

Die Mießmuscheln, oder Küchenmuscheln, auch spottsweise deutsche Austern genannt, stehen im Range weit unter den Muschelthieren wovon so eben die Rede gewesen ist. Auf den Tafeln der Vornehmen dürfen sie nicht erscheinen, und sind eine schwerverdauliche Speise, die einen dicken Saft giebt, wenn sie aber verdaut werden kann, dennoch wohl nährt. Man wählt diejenigen aus, welche an riedgrasichten Orten gefunden werden, weil sie besser sind, als die, welche man in sandichten Orten unter Scherben findet. Im Winter sind sie roth und bitter. Ihr salzichtes Wesen soll eine harntreibende und purgirende Kraft haben. Die aus dem Meere werden denen aus Sümpfen vorgezogen. Roh, gleich den Austern, kann man keine von beyden essen; sondern man siedet sie in ihrer eigenen Salzbrühe, und thut

Peter=

Petersilje, Knoblauch und Senf zur Würze hinzu. Man speißt sie auch gebraten, wobey anzumerken ist, daß ihr weisses Fleisch vom Braten roth wird. Alte Muscheln, die sich daran zu erkennen geben, daß sie schon im Sieden hochroth werden, verwirft man, nach der Anleitung von Zückert, weil sie scharf und bitter sind, Halsweh, Heiserkeit und trocknen Husten verursachen. *)

Von dem Meerspinnengeschlechte speißt der Mensch alle Gattungen, nemlich sowohl den Dintenfisch, als auch die mittlere Meerspinne, den

*) Wie alle Schaalthiere, so wird auch die Mießmuschel zuweilen krank, und alsdenn eine giftige Speise, auf deren Genuß Beängstigung, Convulsionen, Zittern, geschwollene Köpfe, Friesel und andre Ausschläge folgen. Das Gegengift ist ein Brechmittel, und hernach Pfeffer, Eßig, und Citronensaft. Einen kurzen Inbegriff aller Uebel, die von dem Genusse schlechter Flußmuscheln entstehen können, findet man in dem von uns übersetzten Tissotischen Werke von den Nerven, im zweyten Bande auf S. 39. 40. in einer Anmerkung.

den Zwergblackfisch oder die kleine Meerspinne, den Achtfuß oder Polpo der Italiäner, und die Seekaze, welche bey diesen Calamaro heißt, und daher auch bey manchen Deutschen den Namen Calmar bekommen hat. Der Comiker Diphylus lobt sich den Dintenfisch, und dichtet ihm ein angenehmes, zartes, leichtverdauliches zum Nachtstuhl führendes Fleisch an. Galen aber sagt gerade das Gegentheil, und alle Neuern pflichten ihm bey. Man muß den Dintenfisch, wenn man ihn speisen will, lange in Seifensiederlauge beitzen, hierauf im Wasser weich sieden, und endlich in der Pfanne mit Butter, Knoblauch, Petersilje und Pfeffer dämpfen. Der ehrwürdige Simon Sethi giebt den wohlgemeinten Rath, man solle fleißig alten Wein dazu trinken. Der gebratene Dintenfisch ist ein schlechteres Essen, als der gesottene, und der trächtige besser, als der unfruchtbare. Große Dintenfische werden auch eingesalzen. Die mittlere Meerspinne ist der erwähnten gleich. Die kleine aber hat ein weicheres und schmackhafteres Fleisch. Der Achtfuß ist ledern, und schmeckt, wie ein Paar Reithosen. Man sucht ihn durch eine Salpeterlauge

lauge zu erweichen, wovon er eine rothe Farbe annimmt, übrigens wird er, wie andre Thiere seines Geschlechtes zur Speise bereitet. Die junge, kleine und trächtige Seekaze mag für den Liebhaber noch ein erträgliches Essen seyn, die alte aber ist so unangenehm und unverdaulich, als der Achtfluß. Man siedet diese Seekaze in Wein, wozu man Pfeffer, Salz und andere Gewürze zusetzt.

Die ganze bisherige Abhandlung von den Speisen aus den drey Naturreichen beschließt sich nun, nach dem Vorgange von unsrer Urschrift, mit einigen diätetischen Sätzen und Regeln.

Alles aus dem Pflanzenreiche und Thierreiche verdaut sich leichter, wenn es schnell aufwächßt. Eine Spargel verdaut sich leichter, als eine Feige, ein Hase leichter, als ein Ochse.

Fette und ölichte Dinge verdauen sich überall schwerer, als trockne und faserichte. (Jene erschlaffen, diese stärken.)

Weisse

Weisse Speisen verdaut man leichter, als rothe und dunkelfarbe: denn erstere haben weniger Harnsalz in sich, als letztere.

Krautfressende Thiere geben ein besseres Fleisch, als die fleischfressenden, und die, welche sich mit Gewächsen und Fleisch zugleich nähren.

Geweidete Thiere geben ein leichtverdaulicheres Fleisch, als die, welche im Stalle gefüttert werden. (Dies entscheidet die cameralistische Streitfrage über den Vorzug und Nachtheil der Stallfütterung.)

Milch und Eyer verdauen sich leichter, als das Fleisch des Thiers, wovon sie herkommen.

Wenig und gelinde schmeckende Speisen verdauen sich und nähren besser, als scharfe, beissende und gewürzhafte.

Fleisch der Amphibien ist schlechter, als Fleisch von Landthieren.

Je zäher die Gallerte, die man aus einem Thier oder Pflanze zieht, desto zäher auch der Chylus, den sie giebt. Gallerte aus Ochsenfleisch ist schwerer zu verdauen, als die vom Kalbfleische bereitet wird. Dies haben sich Leute von schwachem Magen zu merken,

Die Zeichen, daß eine Speise wohl gedeihet, sind: ein Gefühl von Erholung nach dem Genusse, Abwesenheit der Beschwerden im Unterleibe, gehörige Consistenz der Leibesöfnung, und ruhiger Schlaf.

Einfache, sanfte, zähe, magere, und spät in Verderben gerathende Speise macht zwar nicht robust, aber man wird älter dabey, als beym Gegentheile.

Gewürze müssen an Speisen für Schwache sehr sparsam angebracht werden: denn auch Starke vertragen nicht leicht ein Uebermaas davon.

Wenignährende Speisen verdauen sich schnell, öfnen den Leib und vermehren die Sanctorianische Ausdünstung bey Tag und bey Nacht. Starke werden durch sie schwach, Schwache aber erholen sich. Vielnährende Speisen verdauen sich schwer, verstopfen den Leib, und hindern die Transpiration, gehen auch leicht in Verderbniß. Starken nutzen sie, Schwachen schaden sie, und wenn sie verderben, so ist beyden zu wünschen, derselben durch ein wohlthätiges Erbrechen oder einen Durchfall bey Zeiten entledigt zu werden.

Bey

Bey leerem Magen transpirirt man so wenig gut, als bey einem allzuvollen. Weit besser aber, nach dem Genus einer dünnen Nahrung, und wenn man wohl gespeißt hat, und gut verdauet.

Einfache Speisen sättigen bald; mannichfaltige machen zugleich eine Ergötzung. Das Uebel bey den letztern besteht darinn, daß sie verleiten, mehr zu essen, als dienlich ist, daß man sie weniger gut verdaut, weil ihre Menge die Verdauungskräfte gemeiniglich übersteigt, und daß dabey die Ausdünstung langsamer vor sich geht. Hierzu kömmt noch, daß, wenn starke Speisen mit schwachen vermischt werden, die Verdauung bald beschleunigt, bald verzögert wird, wie auch, daß man Speisen, an die man nicht gewöhnt ist, schwerer verdauen muß. Doch macht eine fröhliche Gesellschaft (auch Tafelmusik, die unsre klugen Vorfahren nicht ohne Grund bey ihren Schmausereien eingeführt hatten, und wir die Unklugheit haben, aus der Mode kommen zu lassen) daß man bessern Appetit hat, auch besser verdaut. Wer allein essen muß, darf sich nicht erlauben, viel zu essen:

dann allein essen ist eine langweilige Sache, und man verdaut sehr schlecht hernach. (Mit dem Buch in der Hand essen, ist eine Pedanterei, die glücklicherweise abkömmt, weil schon mancher sich die Hypochondrie damit zuzog. Besser ist es, sich Vorleser zu halten, wie solches Vater Haller mit seinen Kindern zu thun gewohnt war, deren je eines täglich das Amt eines Vorlesers bey Tisch übernehmen mußte.)

Wer sich mit einer körperlichen Arbeit oder Uebung ermüdet hat, muß nicht gleich darauf an das Essen gehen. Denn unter solchen Umständen verdaut und transpirirt man sehr schlecht. Der Chylus kömmt zu dick ins Geblüt, und macht, daß auch nach dem Schlaf robuste Leute Frost und Müdigkeit empfinden, bis sich nach etwa zwanzig Stunden das Vermögen, zu verdauen und transpiriren wiederum bei ihnen äussert.

Der Hunger, als das Zeichen einer vollendeten Verdauung, ist die beste Ermunterung zum Essen. Denn schadet es aber gallichten, magern und fallsüchtigen Leuten, wenn sie zu

lang

lang auf das Essen warten müssen, und zieht bey ihnen eine Verderbnis der Säfte im Innern des Körpers nach sich. Unsre Sitten haben täglich zwey Mahlzeiten eingeführt, und dadurch zwischen einer jeden den, auch Schwächern nöthigen Zwischenraum zur Verdauung gelassen. (Das Frühstück ist nicht für eine Mahlzeit zu rechnen, so lang es nicht nach helvetischer Weise genossen wird. Gemeiniglich besteht es aus einer dünnen und leichtverdaulichen Nahrung, die den übeln Folgen eines leeren und ohne alle Beschäftigung gelassenen Magens vorbauen soll. Es wäre viel davon zu sagen, wie löblich es sey, gar nicht zu frühstücken, aber nur robuste Leute können es, und auch die nicht unter allen Umständen. Das Abendbrod ist mehr für eine Ergötzung, mit Seneca wie oben zu reden, als für eine Mahlzeit zu achten.) Wenn das Mittagessen ein Schmaus war, muß man das Nachtessen desto sparsamer einrichten, und umgekehrt. Hat man an jenem viel feuchte Speise genossen, so nimmt man bei diesem mehr trockne zu sich, und so verhältnismäßig im entgegengesetzten Falle. Sehr viele loben sich das sparsame Mittagessen,

und reichliche Nachtessen, weil, wie sie sagen, das Gemüth nach vollbrachtem Tagewerke heiterer ist, man auch längere Zeit zur Verdauung hat, und die innere Wärme des Körpers während des Schlafes die Transpiration und Verdauung befördern kann. Obgleich dies alles nicht zu läugnen ist, so muß man doch die Bemerkung machen, daß Leute, die wenig Schlaf haben, dem Schwindel, den Katarrhen, der Gicht, dem Podagra und der fallenden Sucht unterworfen sind, wie auch alle Schwachköpfige, besser thun, eine große Mittagsmahlzeit und eine kleine Nachtmahlzeit zu halten. Robuste und mit der Hand arbeitende Leute dürfen, nach der Weise der Einwohner der Eydgenossenschaft, des Tages vier Mahlzeiten halten.

Noch ist etwas von der Art, die Speisen auf einander folgen zu lassen, anzumerken. Weiche und zarte Speisen muß man, damit sie nicht durch den Aufenthalt verderben, vor den festern und härtern geniessen; daher misbilligen auch manche nicht ohne Grund das Essen des Obstes und Butters nach der Mittagsmahlzeit.

zeit. Warme Suppen, wie sie bey uns gewöhnlich zuerst aufgetragen werden, sind gut für Leute von trockner Leibesbeschaffenheit, wie auch für die, welche am Stein leiden, minder für Leute von feuchtem Temperamente, und die, welche Suppen nicht lieben *). Fette Speisen müssen nur von robusten, und auch von diesen nie ohne reichlich Brod dazu zu essen, genossen werden, denn sie verursachen, wenn sie in einem schwachen Magen übel verdaut, oder auch in einem starken ranzicht werden, Blähungen, Grimmen, Gallenruhr u. d. gl. Das sorgfältige Kauen aller Speisen kann die Diätetik nicht genug empfehlen. Mit Lust geges-



*) Daß die Schwaben hierunter nicht gehören, kann man mit dem Zeugnisse ihres Landsmanns, des Schauspieler Kellers beweisen, welcher den Leipziger Zuschauer schreibt. Er sagt einmal darin:

(Bauren) Ach die Armee rückt an —
Schon droht
Aus jeder Min' uns Tod!
Ums Himmelswillen, was fangen wir an?
(Dorfschulze) Getrost, ihr Leute! die Schwaben
Sind gut, sind Männer, wie Puppen,
Wenn sie nur immer haben
Dampfnudeln, Milchbrey und Suppen.

sene Speisen, wenn sie auch schon an sich schlimmer Art sind, werden doch besser verdaut, als andre, die besser sind, welche man aber mit Misvergnügen genießt. Im Sommer ist es dienlich sparsam, und feuchte, weiche, gesottene Speisen zu geniessen und reichlich darauf zu trinken: im Winter aber mäßig zu trinken, mehr, und hauptsächlich trockene Speisen und Braten zu essen. Im Frühlinge und Herbste richtet man sich darnach, mit was für einer von den zwey übrigen Jahrszeiten, sie am meisten Aehnlichkeit haben.

## Achter Abschnitt.

### Vom Getränke überhaupt und insonderheit *).

Das Getränke dienet nicht weniger, als die Speisen, zur Erhaltung der Gesundheit; es verdünnert, lößt auf, vermischt und ver-

*) Von hier an hat der Heilbronner Stadtgerichtsassessor Tscherning die Bearbeitung übernommen. W.

vertheilt die Säfte, befördert die Verdauung, erhält die Säfte flüßig, mäsigt ihre Schärfe und Bewegung, beschleunigt die Absonderungen, und ist ein Vehikel, sowohl die abgenutzten Theile auszuführen, als auch die nährenden an jener Stelle zu leiten. Das gewöhnlichste Getränke der Menschen ist Wasser, Bier, und Wein.

Das Wasser ist unter allen Getränken das einfachste, nützlichste und älteste. Seine Schwehre verhält sich zur Schwehre der Luft, in einerley Grad der Wärme wie 1. zu 830. seine Flüßigkeit aber kömmt von dem Beytritt des Feuers; nimmt die Wärme des Feuers bis auf den 32 Grad des Thermometers ab, so wird das Wasser eine Art von festem, zerbrechlichem und durchsichtigem unter dem Namen des Eises bekannten Glase; das Wasser läßt sich nicht im geringsten zusammendrücken, besitzt aber die Kraft, Salze und Gummiarten aufzulösen, und feste Theile schlaff zu machen. Wunderbar ist es, daß man oft da Wasser verborgen findet, wo man es gar nicht vermuthet, wie in dem trockensten Staube der Steine und

Regel; und ferner, daß, wo es auch rein scheint, es doch niemals ohne Zusatz von Feuer und Luft angetroffen wird, ja auch andere Theile bey sich führt, die sich zuweilen schwehr von demselben absondern lassen.

In Ansehung der Gesundheit bey dem Genus des Wassers, betrachten wir:

1. Das Regenwasser, oder die laugenhafte Sammlung von flüchtigen Theilen in der Himmelsluft. Dasjenige ist unreiner, welches bey neblichtem, windigtem und schwülem Wetter in niedrigen Gegenden, die stark bewohnt sind, fällt; und auch das reinere, wann es in einem zugemachten Gefäse aufbehalten wird, bekommt bald Flocken, welche nach und nach dicker werden, mit einem fetten Saz, und verdirbt an an Farbe, Geschmack und Geruch. Ein einziger Aufsud am Feuer, oder ein kleiner Zuguß von einer Säure, schlägt das Unreine nieder, so daß man dieses Wasser alsdann ohne Schaden geniesen kann.

2. Das Schneewasser. Der Schnee, welcher bey heiterer und trockener Luft, auf reine und

und abgesonderte Pläze, einigemale hintereinander fällt, und ganz von oben weggenommen wird, giebt ein sehr reines Wasser, welches aber doch, wenn es der Digestion ausgesetzt wird, faulet, und einen riechenden Geist giebt. Wenn man es nur einmal in einem sauberen und ziemlich hohen Gefäße leicht distilliret, so kann kaum ein reineres Wasser gefunden werden. Weit schlechter ist das Wasser von geschmolzenem Eise.

3. Das Brunnenwasser entsteht aus dem Regen, und ist an sich nicht reiner als dieser; indem es aber durch Kieselsteine fortläuft, so wird es von seinen fremden Theilen geläutert. Fließet es aber durch Vitriol = Eisen = Alaun = oder Salz = Adern, so giebt man ihm den Namen heilsamer Mineralwasser. Die Brunnen, welche über diese Art von Wasser gebaut werden, dienen zwar den Plaz zubeschützen, haben aber das unangenehme, daß die Sonnenstrahlen nicht so gut auffallen können, und die Luft darinn schwerer wird.

4. Das Flußwasser insgemein nimmt viel Unreines an sich, und ist in so fern schlechter,

als

als das Regen- und Brunnenwasser. Wird es zum Gebrauch der Schiffahrenden in Tonnen aufbewahrt, so wird es bald stinkend und verdirbt. Ein strenges Fliessen macht jedoch dasselbe reiner; und aus dieser Ursache ist das Wasser aus großen und reissenden Strömen, unter einem guten Himmelsstrich und in einer guten Landschaft vorzuziehen.

5. Das **Wasser** der Seen und Sümpfe ist leimichter und schwerer, als anderes Wasser, führt mehr Insecten und allerley Arten von Unrath bey sich, stinkt im Sommer, ist im Winter trüb, und verdient also als das ungesundeste billig bey Seite gesetzt zu werden; denn es verstopft die Eingeweide, verdirbt die Säfte, und bringt mancherley Krankheiten hervor.

6. Das **Meerwasser** vermehret, wegen seines Salzes, das den vierzigsten Theil desselben beträgt, den Durst, und ist höchstens phlegmatischen Personen dienlich. Man hat in neuern Zeiten verschiedene Mittel erfunden, dasselbe durch Distilliren und Präcipitiren süs zu machen.

Sehr

Sehr kaltes Wasser ist dem erhitzten Körper sehr schädlich, erzeugt Verstopfungen und Entzündungen; verschiedene Schriftsteller belehren uns, daß von demselben Schluchsen, Auszehrung, Lungensucht, schwerer Athem, Wassersucht u. d. gl. entstanden seyen. Eine Unbäßlichkeit, die von einem allzukalten Trunk entsteht, muß man sogleich durch Bewegung, Wärme, Schwitzen und andere Ausleerungen zuvertreiben suchen. Nicht allzukaltes Wasser wird, bey mäßig heißem Körper, von vielen, zur Stärkung der Gedärme und Präservation, jeden Morgen früh ohne allen Schaden genossen.

Warmes Wasser greift schneller an, und lößt bälder auf, treibt Blähungen nach oben und unten, befördert den Auswurf, eröfnet den Leib, spühlet die scharfen Feuchtigkeiten aus, und dämpft die Zückungen. Aber ein allzustarker Gebrauch desselben macht die Gefäße schlaff, und schwächet die Spannung der Eingeweide.

Man verbessert das Wasser: durch mäsiges Kochen, damit die dichten Theile zu Boden sinken,

sinken, die dünnen aber nicht ausdünsten; einige thun Anissaamen, Fenchelsaamen, Süßholzwurzel und Sassafras hinzu: Ferner

Durch Destilliren; dieses macht das Wasser reiner, erhält es vor der Verderbniß und geschwinderer Fäulniß; dieses Wasser aber kann nachher nicht zum Kochen gebraucht werden: Drittens

Durch Filtriren durch Sand: Viertens

Durch Schwefeldämpfe, welche das stinkende und trübe Wasser in reines und klares verwandeln: und endlich fünftens

Durch geröstetes Brod, mit ein wenig Muscatennuß bestreut.

Wasser, welches gegen Osten quillt, wird für das beste gehalten; nach diesem das gegen Norden; das gegen Westen ist schlechter und das gegen Süden das schlechteste. Doch muß man zugleich mehr auf die Beschaffenheit des Erdreichs und der benachbarten Pläze Acht haben.

Die Kennzeichen des gesundesten Wassers sind folgende:

Es muß keine Farbe, keinen Geschmack und keinen Geruch haben: Es muß sehr rein, sehr hell,

hell, und auf der Wasserwage sehr leicht seyn, und ausserdem stark geflossen haben: beym Feuer schnell heiß werden und ausdünsten, und wann es davon weggesetzt wird, schnell erkalten: es muß das Fleisch und die Hülsenfrüchte leicht verkochen, und die Flecken in der Leinwand, mit Seife vermischt, leichtlich auswaschen: es muß, wenn man fließendes Weinsteinsalz oder aufgelößten Bleyzucker in dasselbe gießt, hell bleiben. Ein Wasser von solcher Beschaffenheit beschwert den Körper nicht, geht leicht durch, und vertheilt sich leicht in den Theilen, spühlet die scharfen Säfte bald aus, reiniget die Gedärme, und giebt beynahe ein allgemeines Auflösungsmittel und Vehikel ab. Starken und in den besten Jahren befindlichen Personen ist kein Trank dienlicher, zumal wenn sie etwas scharfe Säfte, eine lebhafte Bewegung, und ein trocknes Temperament haben.

Das Bier ist ein gegohrner Trank von Fruchtkörnern, hauptsächlich von Gerste, Wasser und Hopfen; es hat einen angenehmen und weinartigen Geschmack; es erwärmt den Körper, hilft verdauen, und ist etwas nahrhaft; im

Ueber-

Uebermaaß genossen, berauscht es auch. Die Kraft zuverdünnern, zubefeuchten und den Durst zulöschen, bekommt es also von dem Wasser; die zuernähren, von der Frucht, und die zuerwärmen und vor der Fäulniß zubewahren, von dem Hopfen.

In Ansehung der Frucht, die dazu genommen wird, giebt es erstlich: Weitzenbier, (Weißbier,) welches eine weisliche Farbe hat. Es hitzet und nährt mehr, geht aber langsamer durch, vermehret die Zähigkeit der Säfte, veranlaßt leichtlich Verstopfungen in den Eingeweiden, macht Engbrüstigkeit, und läßt nicht so leicht harnen. Das Gerstenbier, (Braunbier,) oder die zweyte Gattung, ist an Farbe mehr roth, dünn, harntreibend und eröfnend; nähret und hitzet aber weniger als das vorbenannte. Das Haberbier, welches in Pohlen und England gewöhnlich ist, blähet auf, verstopfet den Leib, erwärmt und nähret noch weniger, als das Gerstenbier. Noch wäre des Roggenbieres zugedenken, welches mehr nahrhaft ist, aber auch mehr Verstopfungen und Schleim auf der Brust verursacht; so wie auch

des

des Bieres, welches die heutigen Tataren aus Hirsen und Reis verfertigen. Diese letztere Ingredientien, in geringem Maaße genommen, geben ein dünnes Bier, welches verdünnert, den Urin treibt, und den Durst löscht; in grössere Menge aber geben sie ein dicklichtes Bier, welches der Verdauung zu Statten kommt, sehr nahrhaft aber auch berauschend ist, und also zu einer (zumal) härteren und weniger nahrhaften Nahrungsweise sich am Besten schickt.

Was das Kochen und Gähren betrift, welches bald länger bald kürzer dauert, so geschieht dasselbe mit Malz oder eingeweichter Frucht, die zuvor gedörrt worden, hernach aber langsam auskeimet, und deren Mehl mit Hopfen vermischt, durch die Gährung die zähe und schleimichte Vermischung der Fruchttheile auflößt, die öhlichten mit dem Wasser vereinbar macht, und die Blähenden verbessert. Frische Körner sind die besten, denn diese keimen bald aus, und daher darf man sie nicht mit alten vermischen, und müssen Gersten und Weitzen, wenn man sie untereinander nehmen will,

beyde jährig, oder von gleichem Alter seyn, und zuvor jedes besonders zu Malz gemacht werden. Im hohen Sommer und im hohen Winter geräth das Kochen nicht gut; jener beschleunigt die Gährung, und dieser hindert dieselbe; im Frühling wird das beste Bier gebraut. Der Hopfen wird zum Bier genommen, um den süßlichten und eckelhaften Geschmack der Frucht in einen bitterlichen zuverwandeln, die zähen Säfte der Theile des Körpers zu verdünnern, diese mehr vor der Fäulniß zubewahren, zuerwärmen, und jene durch die Nieren und Gedärme geschwinder fortzuschaffen; Eine etwas zu starke Menge von Hopfen verursacht zu viel Bitterkeit, und betäubet den Kopf.

Man thut auch andere Dinge zum Bier hinzu; und zwar erstlich: Gute, um mehrerer Gesundheit willen, z. E. geruchreiche und balsamische Substanzen, welche man nach Art der Engländer, in einem Säcklein gähren, oder kochen, oder aufgiesen läßt: Schlechte, als z. E. Salz, um Durst zuerregen, oder wilden Salbey u. d. gl. welche unter Kopfschmerzen

und

und Betäubung der Sinne berauschen, oder was noch schlimmer ist, wilden Roßmarin, der bis zur Tollheit berauscht: Weder Gute noch Schlechte, wenn man z. E. das Bier mit Pech oder Ruß dauerhaft zumachen sucht, wovon es aber einen brenzlichten Geschmack bekömmt, oder wenn man Zucker, Pfeffer und Ingwer in die Bouteillen oder Krüge zum Bier hineinthut, um es schaumen zumachen, dadurch es blähend wird und einen Jest bekommt.

Einen andern Unterschied der Biere giebt erstlich: das Clima, wobey zubemerken, daß unter einem heisen Clima kein gutes Bier könne bereitet werden, als in Spanien oder Italien; Ferner der Ort, in Ansehung dessen das Bier nicht nur an sich, sondern auch in einer und ebenderselben Stadt verschieden seyn kann, ob es gleich in seinen Gattungen auf einerley Art daselbst bereitet wird: Noch weiter die Farbe und der Geschmack, deren Unterschied und Eigenschaften bereits angezeigt worden: Und endlich die Art des Kochens und der Gährung; denn einige nehmen Malz, welches stark aus-

keimt, andere thun das Gegentheil; einige ziehen es nur in lauem, andere in siedendem Wasser aus; einige machen nur einen leichten Aufguß von Hopfen, andere kochen sie; einige thun das Bier bålder in Gefåse, andere spåter; einige thun es in die Gefåse, so wie sie sind, andere in gepichte. Bald wird die Gåhrung schneller oder langsamer, bald in offenen oder in halbzugemachten Gefåsen veranstaltet. Man merke hierbey wohl, daß, wann man die Gåhrung zu lang anhalten låßt, das Bier schaal wird, unterdrückt man sie aber zubald, so schadet das Bier durch seine fixe sich freymachende Luft, wodurch alsdann das weiter oben erwähnte Bouteillenbier, ohngeachtet seines angenehmen Geschmacks, sehr ungesund wird.

Wir wollen nun einige Gattungen von den bekanntesten und merkwürdigsten Bieren beschreiben; unter die **Weitzen- oder Weisbiere** gehören:

(Das Ale (Aehle) der Englånder; es wird vorzüglich aus Weitzen, ohne Hopfen, an dessen Statt sie zuweilen Salz oder ungelöschten Kalch hinzuthun, bereitet; seine Farbe ist dunkel

kel gelblicht; sein Geschmack bitterlich; und sehr geistig; es berauscht bald; ist übrigens ein vortrefliches Stärkungsmittel.) *)

Der Breyhan, unter welchem der Halberstädtische und Wolfenbüttelsche der beste ist, besteht aus Gerste und Weitzen zu gleichen Theilen, hat einen sehr angenehmen Geschmack, ist leicht, dünn und harntreibend, und kühlet sehr ab. Doch wann er nicht genug von der Hefen gereinigt ist, und täglich in alzugroßer Menge also getrunken wird, erzeugt er verschiedene Uebel, als eine Schärfe der Säfte, die Hypochondrie und Engbrüstigkeit, und läßt nicht so leicht harnen. Sonsten soll der Breyhan auch als ein Verwahrungsmittel gegen die Gicht und den Stein gepriesen worden seyn.

(Das Cartheuserbier, welches zu Frankfurth an der Oder gebraut wird, ist leicht, geistig und wird auch den Fieberkranken für dienlich geachtet.)



*) Das in Hacken eingeschlossene sind Zusätze.

(Das Cotbusserbier hat einen scharfen geistigen Geschmack; ist sehr nahrhaft, setzt aber der Brust zu, und verursacht Wallungen im Geblüte.)

(Das Croßner ist sauer-süßlicht, kühlend, und berauschet leichtlich; ist ebenfalls den Fieberkranken angenehm und dienlich.)

Der Duckstein oder Duchstein, welcher zu Königs-Lutter bereitet wird, ist ein leichtes, geistiges, säuerlichtes Bier, treibt den Urin stark, und wird denen, die an der Gicht, am Podagra und am Stein krank liegen, als nützlich angepriesen.

(Die Goßlarische Gose, welche gelb und trüb ist, und leicht sauer wird, hat einen scharfen, weinigten, bitterlichten Geschmack, nährt ziemlich gut; treibt den Schweiß und Urin stark; wird in den Brustkrankheiten gepriesen; stärkt den Magen, verursacht aber bey denen, die sie nicht gewohnt sind, einen Durchfall. Sie wird für ein Verwahrungsmittel gegen die Wechselfieber und gegen den Stein gehalten. Das Bier, welches an andern Orten unter dem Namen Gose gebraut wird, kömmt der ächten Goßlarischen nicht gleich.)

(Das

(Das Lebuserbier, welches vor Zeiten sehr berühmt war, ist leicht, gesund und gut.)

Der Breßlauer sogenannte Schöps ist sehr nahrhaft und stärkend, zumal wenn er alt ist; nimmt aber den Kopf ein und ist trüb.

Der Güstrower Gnusenack ist ein dickes Bier, welches gern berauscht, und giebt an Geist dem Wein wenig nach. (Wenn es warm getrunken wird.)

Von den Gersten oder Braunbieren wollen wir folgende nennen.

Das Einbeckerbier, das ehmals sehr berühmt war, ist klar und dünn, anfänglich bitterlicht, dann aber scharf und durchdringend.

Das Gardeleber ist dick, angenehm, vertreibt die Blähungen, öfnet den Leib, reitzet zum Beyschlaf.

(Das Berliner ist braun, hat einen halb süssen halb sauren Geschmack, ist, wann es recht gekocht worden, gesund, vorzüglich das Merz=oder Kupenbier.)

(Der Dorfteufel wird in den Dörfern um Jena herum gebraut, und ist nach der Lage der Oerter verschieden; an Güte und edler Be=

schaffenheit hat das Ammerbacher unter allen den Vorzug.)

(Das Fredersdorfer, welches zu Spandau gebraut wird, ist gut und gesund, treibt den Urin, und stärkt.)

(Das Bernauer ist schwarzbraun von Farbe, bitter von Geschmack, sehr stark und nahrhaft.)

(Das Brandenburger ist im wesentlichen von dem schon erwähnten Berliner nicht unterschieden.)

(Das Erfurter Bier ist schwarz von Farbe, und erfreut die Jenaische studirende Jugend, als eine Kennerinn des Biers, ungemein, wenn sie in Erfurt Besuch abstattet.)

(Das Fürstenwaldische ist dicke, geistig, nahrhaft und den Musensöhnen von Frankfurt an der Oder höchst willkommen.)

(Das Bier im Hallischen Waisenhause ist dick, reichlich nährend, hat aber eine nicht gar angenehme Süßigkeit, welche allen denen auffällt, die es zu trinken nicht gewohnt sind.)

(Der Keuterling, oder, wie andre schreiben, Keiterlink, wird in Wettin gebrauet. Zückert rühmt ihn als eine Delicatesse, Rich-

ter

ter aber sagt; er sey mehr harntreibend, als nährend.)

Das Löbegüner Bier ist durstlöschend, schwach, leicht durch den Urin abgehend, und gelinde säuerlicht und etwas zähe.

Das Merseburger dient schwächlichen Personen vortreflich zur Verdauung, nähret, öfnet den Leib, und befördert die Ausleerungen; ist übrigens dick, geistreich und auch dauerhaft.

Die Braunschweiger Mumme hat einen starken Geruch, eine angenehme Farbe, und einen bitter-süßlichten Geschmack; sie ist dauerhaft, und kann bis nach Ostindien geführt werden; eine noch näher zu beschreibende Sorte davon, welche auch unter dem Namen der doppelten bekannt ist, hat beynahe die Consistenz eines Syrups, ist sehr nahrhaft und stärkend und ganz arzneylich, löschet aber den Durst nicht. Allzuviel davon genossen, beschwert den Kopf und macht den Mund trocken. Die einfache hingegen ist dünner und leichter. Das sogenannte Erndtebier ist das Mittel zwischen beyden.

Das Naumburger Bier hat viel nahrhaftes, hält den Leib offen, und treibt den Urin.

Der Razeburger Rommeldeis hat einen weinigten Geschmack; berauschet stark, (zumal wenn er warm getrunken wird.)

(Das Rupiner Bier gehöret unter die edlen, und ist berühmt; es stärket und nähret.)

Das Zerbster ist von Geschmack angenehm-bitter, und besonders im Winter etwas edler; Es stärket, nähret und treibet den Urin; vor Zeiten wurde es durch ganz Europa und sogar bis nach Indien geführt.

Das Eilenburger, Salzwedeler, Wildunger und Wurzner Bier wollen wir nebst andern übergehen, um nicht zu weitläufig zu seyn.

Man mag das Bier warm oder kalt trinken, so nähret es mehr, als die Speisen, wenn es nehmlich gut ist; das schlechte aber berauschet mehr und heftiger, als der Wein. Gut Bier ist dasjenige zunennen, welches aus den reinsten Körnern bereitet worden, wohl gegohren und mäßig Hopfen bekommen hat, gleich dem Wein glanzhell, nicht zu jung nicht zu alt ist, einen angenehmen und weinigten Geschmack und Geruch hat, nicht zuscharf und zureitzend

ist. Schlechtes Bier hat die diesen guten Eigenschaften entgegesetzte Fehler.

(Von dem Bier der Chineser, Tarasun genannt, so wie auch von dem Tannenbier, welches von den Europäern im Nördlichen Amerika bereitet wird, kann Zückerts Materia alimentaria nachgelesen werden.)

Der Wein ist unter den durch Kunst bereiteten Getränken das älteste, und jederzeit sehr hoch geachtet worden. Er enthält salzigte und öhlichte Theile, die sich mit Wasser vermischen lassen, und mit einem terrestrischen gelinden Schleim überzogen sind. Zu rechter Zeit und mäßig genossen, befördert er die Verdauung ausnehmend gut, und erweckt den Appetit; er vermischet die Speisen kräftiger mit einander, und vertreibet die Blähungen; er vermehrt die Wärme des Körpers, erfrischet die Kräfte, zeuget die Lebensgeister und reitzet zum Beyschlaf, er heitert das Gemüth auf, besänftiget den Aufruhr der Sorgen und locket den Schlaf herbey; den Betagten theilet er Lebhaftigkeit und den Gelehrten ein helleres Genie mit. Ausser diesem allem besitzt er noch Kräfte, den Harn zutreiben, Verstopfungen der Nieren und des Gekröses

kröses zueröfnen, der Fäulniß zuwiederstehen, den nachlassenden Umlauf des Geblütes zuverstärken, und die durch denselben erzeugte Unreinigkeiten zur Ausführung vorzubereiten und wirklich auszuführen. Daher ist er den phlegmatischen, schwachen, alten Leuten, und den Wassersüchtigen dienlich, und, wenn er gehöriger maßen gebraucht wird, eine natürliche Herzstärkung; da hingegen der Mißbrauch desselben das Gehirn zuströren, das Gedächtniß zuschwächen, die Wollüste zureitzen und die Gelenke zumartern pfleget. *)

Der Unterschied des Weins hängt von folgenden Umständen ab. 1. Vom Clima. Die kochende Wärme eines heisseren Clima theilet dem Weinstock mehr Reife und Süßigkeit mit; man

*) Daher Canonicus Gleim zu Halberstadt mit mehr als dichterischer Wahrheit schon vor zwanzig Jahren sagt:

Die Bacchus edeln Saft verschwenden
Bestraft er durch die Gicht,
Mit lahmen Füssen, krummen Händen,
Und kupfrichtem Gesicht.

man findet also gegen Norden schwächere Weine. 2. Von der Consistenz; ein magerer Wein hat wenig Geist, ist schwach und unschmackhaft, löschet zwar den Durst, geht leicht durch und treibt den Urin, dienet aber wenig weder zur Verdauung noch zur Stärkung; dickere Weine hingegen, dergleichen die rothen und süssen sind, sind nahrhafter, bleiben aber auch länger im Leibe sitzen und veranlassen gern Verstopfungen. 3. Vom Alter; jüngere Weine sind gemeiniglich süsser, und öfnen den Leib, sind aber härter und führen mehr Weinstein; diese erzeugen Blähungen, verhalten den Urin; betäuben die Sinne und machen den Schlaf unruhig; alte Weine trocknen und erhitzen zu stark und verliehren auch von der Annehmlichkeit. *) 4. Von dem Glanze und von der Leich-

*) Ausser dem Alter im allgemeinen kömmt bey Weinkennern der Jahrgang noch insonderheit in Betrachtung, zumal wenn es darauf ankömmt, an sich fehlerhafte geringhaltige Weine durch die Zuthat von reichhaltigern zu verbessern. Daher sind mit chymischer Kenntniß verfaßte Weinchronicken ein Werk, das dem Arzte in manchen Fällen so wichtig

Leichtigkeit, welches Kennzeichen geistreicher und feiner Weine sind. 5. Vom Geschmack, der, wenn er rauh ist, einen Vorrath von Weinstein und terrestrischen Theilen, und einen Mangel an geistigen Theilen andeutet, weswegen solche Weine nicht leicht durchgehen, doch wenn sie alt werden, können sie ein gutes Stärkungsmittel abgeben, und sich besser in der Masse der Säfte vertheilen. Weine von herbem Geschmack adstringiren mehr als die rauhen, vertheilen sich langsam in den Säften, verzögern die Aussonderungen, und verschlimmern die Fehler auf der Brust. Saure Weine führen viel aufgelößten Weinstein bey sich, erzeugen leicht das Sodbrennen, Frost und Winde; süsse und fette sind dem Gaumen angenehm, enthalten mehr eingewickelte Salze und weniger wässerichtes, erwärmen, ernähren, lindern die Rauhe im Munde und auf der Brust; recente Weine verstopfen gerne; die edlern

tig seyn möchte, als dem Weinhändler. Im Druck ist uns gleichwohl noch keine bekannt, hie und da haben wir aber dergleichen in Handschrift gesehen. W.

edlern erzeugen mehr Schärfe und Hitze und machen die Fehler der Galle schlimmer. 6. Vom Geruche, der, wann er gewürzhaft und wohlriechend ist, den Verlust der Kräfte ersetzt; Weine die keinen Geruch haben, haben auch wenig Geist; einen schlechten Geruch bekommen die Weine von Pech oder Harz, von verdorbenen Gefäßen, oder von einer sonstigen Verdorbenheit. 7. Von der Farbe; die helle bezeichnet wässerichte Weine; die rothe eine adstringirende, die schwarze eine verstopfende, und die hochgelbe eine hitzende Kraft derselben, welches alles aber bey Weinen die durch Kunst gefärbt sind, betrüget. 8. Von der Gährung. Einige Arten von Wein gähren kaum, oder verderben durchs Gähren, wie man an vielen Italiänischen Weinen sieht, die mehr ein gekochter Most genennt zuwerden verdienen möchten, und die Italiener selbst nennen diese unreinere und ungesundere Weine Vino cotto. Andere leiden nur eine geringe Gährung, wie die Spanischen und die Weine auf den Inseln, und diese behalten die Süßigkeit des Mostes. Eine dritte Classe machen diejenigen aus, welche eine vollständige Gährung leiden, und besser

sind

sind als die vorigen, abet doch von Personen, die ein hitziges Temperament besitzen, mit Maase genossen werden müssen.

Wir wollen nun die besondere Arten der vorzüglichsten Weine nach den Ländern und Gegenden, die sie hervorbringen, nach der Reihe beschreiben. Die Weine auf den Inseln, *) wie der von Scio (Chios) oder der Candische und der Malvasier haben einen süssen Geschmack, sind von dunkler Goldfarbe und werden nur aus auserlesenen Trauben, die bis zur Ueberzeitigung am Weinstocke hängen bleiben, verfertiget. Diese Weine stärken sehr und gehören unter die edelsten; sie werden aber öfters mit Spanischen Weinen oder wohl gar mit Honigwasser verfälscht. Die Canarischen Inseln Palma und Madeira geben einen berühmten Wein, der besonders lieblich, und den Kranken und Schwachen erwünscht ist; etwas geringer

*) Die Italiäner nennen diese Weine, weil die Trauben in der höchsten Reife gleichsam trocken sind, Vino secco, woher das deutsche Seck, (insgemein fälschlich Sect,) entstanden.

geringer ist der, welcher bey Xeres in Spanien wächßt, und unter dem Namen Xeresersec bekannt ist. *) Es ist zu bemerken, das diese Weine einen Ueberfluß an Geist, aber auch an öhlichten und harzichten Theilen und an Weinstein, hingegen wenig wässerichtes haben.

Unter

*) Mit Recht muß man sich wundern, daß viele diätetische Schriftsteller, wenn sie vom Palma- und Maderawein sprechen, die Gelegenheit vom Capwein zu reden vorbeystreichen lassen. Vielleicht ist Mangel an Kenntniß dieses vortreflichen und seltenen ausländischen Weines schuldig daran, und folgende von Eingebohrnen am Cap erhaltene Nachrichten, sind aus diesem Grunde deutschen Lesern willkommen.

Die Tockayer, Muscateller, Trollinger, und durch den Einfluß des Clima veredelte Rheintraube, nebst der Burgundertraube sind es eigentlich, welche den Wein vom Cap liefern.

Die Bauart am Cap ist von der europäischen ganz verschieden. Statt in Ruthen getheilter und an Pfählen befestigter Reben, oder langer an Kammerten hingezogener Ranken, zieht man am Cap kurze und dicke Stämme oder Schenkel, die nur wenig über die Erde hervorragen. An diesen wachsen oben zahlreiche Zweige heraus, die sich voll

Unter den italiänischen Weinen ist die am Vesuv wachsende rothe, fette, sehr geistige auf der Zunge stechende Lacryma Christi zu nennen. Dieser Berg liefert auch den Vino greco di Somma, welcher gleichfalls fett ist, eine Goldfarbe und einen piquanten und süßen Geschmack hat; diese

beyden

großer in den Beeren sehr gedrungener Trauben zu hängen pflegen. Diese Zweige werden im Schnitte beständig kurz gehalten, und erreichen nie die Länge der europäischen Reben. Von Bedecken zur Winterszeit weiß man am Cap so wenig, als in Pays de Vaud, oder in Frankreich u. s. w. Jeder sommerische Plaz wird tauglich zum Einsetzen der Weinstöcke geachtet, und hat man daher so viel Weingärten, als Weinberge.

Die Weinlese wird mit dem äussersten Fleisse und Genauigkeit besorgt. Sclaven, die zu dieser Arbeit, so wie zum Weinbaue selbst, wohl unterrichtet sind, schneiden Traube für Traube mit bedächtiger Wahl ab, nehmen oft von einer Traube nur zwey bis drey Beeren, und lassen die Traube selbst hängen. In Körben werden die abgeschnittenen Trauben nach Hause getragen, in Kufen aufgeschüttet, und allda gestampft. Nur kurze Zeit bleibt der Most über den Trebern stehen, worauf man ihn ablaufen läßt, und zum Faße bringt. Dieser Vorlauf ist das edelste des Weines, und ziert die Tafeln der angeseheneren Einwohner am Vorgebür-

beyden Weine nehmen den Kopf leicht ein, werden aber durch die Ausfuhr in andere Länder gelinder und lieblicher.)

(Der Wein von Monte-Fiascone ist dünn, gelblicht, angenehm und gelind; der von Monte



gebürge. Die schlechtern, faulichten, geringern Trauben werden besonders geschnitten, auf die schon erwähnten Trebern gethan, gestampft, und hierauf gepreßt, um damit dem Gesinde einen Haustrunk zubereiten. Unreife Trauben, statt sie nach europäischer Sitte mit Obstmost zu keltern, werden blos zur Bereitung des Eßigs verwendet.

Die vornehmste Sorte vom Capwein, ist unter den Namen Constantiawein bekannt, und kömmt selten oder nie nach Europa. Bekannter sind der rothe Capwein, oder Frontignac, der braune, oder Tockayer, der weisse, oder der Muscatellerwein, welcher letztere am wenigsten geachtet wird.

Nach seinen Heilkräften ist der Capwein auch in geringer Gabe die vortreflichste Herzstärkung, und beseelt auch einen Methusalem mit jugendlichem Feuer. Seine mit Süßigkeit angenehm durchmischte Bitterkeit macht ihn auch der Zunge schmeichelhaft. Seine Haltbarkeit im Fasse übertrift die von allen europäischen Weinen. Er wird von gewinnsüchtigen Weinhändlern öfters mit spanischen und griechischen Weinen verfälschet, und

te=Pulciano ist roth und gehöret unter die edlen.

(Noch könnte man zu den guten Italiänischen Weinen rechnen: den sogenannten Prosecco, welcher in Istria wächset und hochgehalten wird, und den Veltliner Wein, welcher weiß ist, zuerst einen Honiggeschmack von sich giebt, dann aber angenehm gewürzhaft schmeckt; er soll an Stärke den Weingeist übertreffen,

so

der Betrug ist nm so schwerer zu entdecken, je seltner man in Europa Gelegenheit hat, den ächten Capwein mit dem unächten zu vergleichen. W.

Unter die in Deutschland seltenern und nur die Tafeln der Reichen zierenden Weine, die selten zur zur Kenntniß der Schriftsteller im diätetischen Fache gelangen, gehört der Wein von der Insel Santorin und Cypern im Archipelagus. Beyde scheinen einerley Grund von Feuer zu haben, jener aber sich durch eine characteristische Süßigkeit, so wie dieser durch eine angenehme Bitterkeit vor vielen andern ausländischen Weinen auszuzeichnen. Wir hatten nie von beyden eine solche Quantität zu unserm Gebrauche, daß wir hätten chymische Prüfungen damit anstellen können; und achteten es für Sünde, solche Weine nicht lieber mit der Zunge, als im Destillirofen zu prüfen. W.

so daß man nur sehr wenig davon trinken kann; im Monat März geräth er in eine zweyte Gährung, wodurch er trüb und bis nach Verfluß einiger Monate zum trinken unbrauchbar wird.

(Die übrigen Italiänischen Weine, als die Savoyischen, Sardinischen, Sicilianischen, Corsicanischen, (Florentinischen,) sind meistens von gutem Geschmacke, gehen aber leicht in die Gährung und sind nicht dauerhaft; wegen ihres dicken Oehles und ihrer rohen Substanz sind sie von Bewohnern anderer Länder zumeiden.)

Die Spanischen Weine sind überaus fett und süß, aber nur halbgegohren; ihre meisten Bestandtheile sind Weinstein und Oehl, die wenigsten Wasser und Geist, nebst einer mässigen Mischung von öhlichten und harzigten Theilen. Für den besten wird der von Alicante gehalten, welcher mehr geistiges, auch ziemlich viel öhlichtes und harzigtes hat, dick und roth, und etwas widerwärtig süß ist, und als ein magenstärkendes Mittel gepriesen wird. (Der von Malaga ist auch dicklich, öhlicht, sehr geistig, von Geschmack aber bitter-süßlicht.)

Der gemeine Spanische Wein, Simon-Petrus Wein genannt, ist dünn, zart, süß mit ein wenig Bitterem, und von einer Goldfarbe, er wird für hysterische Zustände und für schwache Mägen und Gedärme angepriesen.

Die Portugisischen Weine sind sehr hitzig, (wovon jedoch der Porto-Wein, welchen die Portugiesische oder die Londonsche Weinhändler mit Apfelmost stark vermischen, mit gutem Recht auszunehmen seyn wird.)

Unter den Französischen Weinen wachsen die stärksten in Champagne und Burgund, die süßesten in Languedoc und Provence, die schlechtesten in der Picardie.

Der Champagner hat einen sehr angenehmen Geschmack, führt unter allen Weinen am wenigsten Weinstein, hat genugsamen Geist, und einen mäßigen Zusatz von wässerichten und öhlichten Theilen; (er ist mit einem äusserst flüchtigen, durchdringenden, und reichlich mit fixer Luft angefüllten Weingeist versehen, weswegen er beym Einschenken viele Blasen wirft, sehr schaumt, und, wann er getrunken wird,

die

die Nase kützelt, und öfteres Aufstoßen verursacht; er macht schnell lustig und erfrischet den Körper; er dehnet das Blut aus und treibt einen reichlichen Schweis hervor, so wie auch den Urin; er geht sehr schnell durch die Gefäße der Absonderung, weswegen der Rausch, der schnell durch ihn entsteht, bald vorüber geht; er hat einen sauer-süßlichten Geschmack und brennt auf der Zunge; er erzeuget in dem Magen leicht einen sauren Schleim, und bey empfindlichen Subjecten Schmerzen und Sodbrennen.)

Die Burgunder Weine, unter welchen der von Beaune für den besten gehalten wird, haben wenig Weinstein und öhlichtes, und mehr geistiges; (sie durchdringen den Körper leicht, sind sehr geistig, adstringiren gelinde, stärken den Magen, erhitzen das Geblüte.)

(Der Frontignac, wovon es theils weisen theils schwarzen giebt, wird aus Muscateller Trauben bereitet, hat den Geruch und Geschmack von der Muscatennuß, ist sehr geistreich, und steigt in den Kopf.)

Der sogenannte Eremitage ist ein wenig rauh, und sein Geschmack dem von den Myrthenbeeren, ähnlich; er giebt eine mäsige Hitze, stärket den Magen, und ist sehr gesund; der Rivesalter Wein ist nicht unangenehm.

(Der weise Franzwein, wenn er noch jung ist, ist wässericht, nicht sehr geistreich, und hat eine herbe Säure; er ist ungesund, und wegen seinem noch nicht vertheilten Schwefelgeist der Brust, dem Kopfe und den Nerven schädlich. Recent, sauersüßlicht, nicht schwefelreich und sehr wässericht ist der Perserac, welcher für die Gicht empfohlen wird; er hat aber für die festen Theile nichts stärkendes. Der alte Franzwein hingegen, von einer dünngelben Farbe, einem sauer-süßlichten Geschmack mit einer angenehmen Herbe vermischt, wann der Schwefelgeist genugsam gegohren hat, ist allerdings sehr gesund; jedoch steht er weit unter dem Rheinwein. Er ist geistig, stärkend und hitzend; er nimmt den Kopf nicht bald ein und greift die Nerven nicht an; er ist der Brust dienlich, und bey mäsigem Gebrauch, sogar bey arthritischen Zuständen, nicht schädlich;

lich; da er aber nicht so leicht, wie der Rheinwein, die Masse der Säfte durchgeht, und länger im Leibe sitzen bleibt, so kann man ohne Schaden der Gesundheit keine starke Portion auf einmal von demselben geniesen.)

Die rothen Franzweine (Vins de Bourdeaux) können zum täglichen Gebrauch dienen, weil sie etwas gelind sind; in starker Menge genossen, erregen sie aber eine beschwehrliche Aufwallung des Geblüts, und verursachen einen derben Rausch mit einem Dummseyn, weil sie langsam durch die Gefäße gehen. Unter dieselben werden gerechnet: der Medoc, der Claret oder Vin de Grave, der Cahors und der Pontac, welche beyde letztere rauh und adstringirend sind, die Gefäße beschweren, den Leib verstopfen, das Blut zu sehr erhitzen, bey empfindlichen Personen den Nerven schaden, bey Durchfällen und Dysenterien mit Vorsicht zugebrauchen sind.)

Die Ungarischen Weine haben einen angenehmen gewürzhaften Geschmack und Geruch, eine bleibende Süssigkeit, eine schweißtreibende

und stärkende Kraft; wann man gleich einen reichlichen Trunk von denselben zu sich nimmt, so erfolget doch nicht leicht eine Mattigkeit oder Kopfschmerzen darauf; die welche in Nieder Ungarn wachsen, sind etwas geringer, (der sogenannte Ausbruch, welcher bey St. Georgenstadt aus den auserlesensten und zeitigsten Trauben herausgepreßt wird, ist sehr annehmlich von Geschmack, und wird sehr theuer verkauft. Ferner ist unter den Weinen in Nieder-Ungarn der Oedenburger berühmt, und hat besonders derjenige, welcher bey dem Neusidler-See wächset, nebst dem Goldberger vor dem Wohndorfer und Gubelinischen den Vorzug; hierauf folget der Presburger, wovon der beste bey oben schon gedachter St. Georgenstadt zufinden, und dann kann auch der Wein welcher auf dem Rüster Boden, und um die Flecken Besingen, Modern und Razenberg gezeugt wird, in Betrachtung gezogen werden; merkwürdig ist es, daß der Presburger und besonders der Rüster Wein die äusserliche Luft nicht lange vertragen kann, denn er verändert durch dieselbe sowohl seine Farbe, welche braun wird, da sie sonst ganz goldgelb aus-

aussieht, als auch seinen Geschmack. In Ober-Ungarn wachsen die besten Weine um die Bergstädte herum, welche in der Zempler Gespanschaft liegen, als Mad, Tolezua, Benge, Talga, Schadan, Kerestur, Tarzal, Sermsch und Tocay. Aller Wein, der in der Gegend dieser Bergstädte hervorkommt, wird vorzugsweise Tockayer Wein genennt; bey Zakmar wächset auch ein herrlicher Wein, und dem Tockayer geben die Tarneriensische, Mischkozische und diejenige Weine, welche um Gros-Wardein herum in einem ziemlich guten Erdreich gezeugt werden, wenig nach. Man hat von einem Ungenannten eine Abhandlung von der Natur, Eigenschaft und Wirkung des Ungarischen Weins (Dresden und Warschau, 1761.) welche nachgelesen zu werden verdient.)

Wir wollen nunmehr unsere vaterländische Teutsche Weine beschreiben.

Die Oesterreichischen haben vielen Weinstein und sind geistreich wie auch nicht unlieblich: (In Ober-Oesterreich wird der Wachauer für den besten gehalten. In Nieder-Oesterreich hat man den Neuburger, Wiesen-

bur-

burger, Nußberger, Nußdorfer, Baumer, Pumperskircher, Maurer, Kinzinger, Mödlinger, Egenburger, den bey den Städten Rez und Tuln. Die östreichischen Weine, wenn sie wohl gegohren haben, und alt geworden, sind vortreflich und edel. Die jungen und mittelmäßig alten hingegen haben viel Weinstein und Schwefel, schaden der Brust, und sollen wie Zückert glaubt, der es Brückmann nachschreibt, in Wien eine endemische Schwindsucht erzeugen.

Die Franken-Weine sind gemeiniglich säuerlicht und rauh, und haben ziemlich viel Weinstein und Schwefel. (Es ist ein großer Unterschied in Ansehung der Güte und Gesundheit unter den Frankenweinen. Die bey Würzburg auf den Bergen der Stein und die Leiste genannt, hervorkommen, sind wahrhaftig edel und vortreflich, ja köstlich, rein, von einer angenehmen Säure, greifen den Kopf nicht an und sind dem Magen dienlich. Der Klingenberger, Wertheimer, Sommeracher, Randsacker, Winsheimer, ferner die Weine an der Tauber, und zwar diejenigen, welche bey

Schupf,

Schupf, Elpersheim, Weickersheim, und Biberern wachsen, und dann in der Grafschaft Hanau der Michelbacher, Nierensteiner, Hirschheimer und Hochstädter, sind auch zu den gesunden und leichten Weinen zuzählen, welche die Masse des Geblüts leicht durchwandern. Sie gehen alle leicht aus dem Leib, theilen dem Blut eine gelinde Wärme mit, und sind zu täglichem Gebrauch bey Tische dienlich. Im dritten oder vierten Jahr werden sie am besten; werden sie aber älter, so verliehren sie von ihrem Geist. Unter die geringeren und sauren Frankenweine gehöret der Rothenburger, der rothe Tauberwein, der Ochsenfurther, Frankfurther und Sachsenhäuser.)

Der Mosler Wein ist wässericht und urintreibend, gesund für Personen, die mit der Gicht und mit dem Stein behaftet sind, aber er muß nicht über ein Jahr alt seyn. (Bey Dusemunde, Vela und Zeltingen wird er vorzüglich gebaut. Er ist edel, gesund und nach dem Rheinwein der angenehmste, dünn und leicht, und hat keinen so brennenden Geist als der Rheinwein; im Sommer und in der Fieber-

Fieberhitze ist er kühlend, doch können ihn nicht alle Naturen vertragen.)

Der Rheinwein, besonders der alte und edle, hat ohnstreitig unter allen Teutschen Weinen den Vorzug; er führet wenig von Weinstein und öhlichten harzigten Theilen bey sich; es giebt auch rothen oder sogenannte reinische Bleicher. (Es sind nicht alle Gegenden am Rheinstrom zu einem guten Weinwachs tauglich. Disseits des Rheines hat der Rhingau in dem ganzen District von Schierstein bis Lorch einen Ueberfluß an köstlichem Wein, und ist daselbst der Rüdesheimer Bergwein der vorzüglichste, der um Lorch und Lorcherhausen hingegen der schlechteste; der Kostheimer, Hochheimer und Wickerter werden gelobt. Jenseits des Rheines werden zu den edlen Weinen gerechnet: der Kesterizer, der Bacharacher, und diejenige, welche bey Laubenheim, Bischheim, Badenheim, Nierstein und Harschheim wachsen. Der Rheinwein verliehret in den drey ersten Jahren allen Weinstein von selbst, und wird so dauerhaft, daß er bey hundert Jahre lang unverdorben

kann

kann erhalten werden. Manche suchen ihm eine Annehmlichkeit zuverschaffen, indem sie unter die großen Fässer, wenn sie mit Most gefüllt sind, glühende Kohlen stellen, deren Wärme das Faß durchdringet; hiedurch wird verhütet daß der Most nicht so heftig gähret, und keine Säure bekommt, welches ihm allerdings einen angenehmen Geschmack verschaft; man nennt dies gefeuerte Weine, sie sind aber der Gesundheit nicht so zuträglich, als diejenige, welche eine freye Gährung leiden. Einen guten Rheinwein erkennt man an seinem überaus angenehmen säuerlichten Geschmack, an seiner hellen Goldfarbe, und an den Bläschen, welche sich, wenn man ihn einschenckt, in Menge aufwerfen und einen flüchtigen Geruch von sich geben. Der Rheinwein ist allerdings überaus gesund, hat große medicinische Kräfte und viele Vorzüge vor andern Weinen. Er stärket die Schwachen, die Kranken, und die zu Ohnmachten geneigt sind. Den Alten und Kaltblütigen vermehrt er die natürliche Wärme. Er stärket den Magen vortreflich, macht den Kopf leicht, und verursacht nie Kopfweh noch ein Zittern der Gliedmaßen. Er löschet den

Durst,

Durst, treibt den Schweiß und Urin ziemlich stark, weckt die Kräfte des Körpers wieder auf, und theilet den Gliedern Leichtigkeit und Munterkeit mit. Mit Wasser vermischt kann man ihn ohne allen Schaden zum täglichen Getränke gebrauchen, und auch sogar den Fieberkranken, mit vielem Wasser vermischt, empfehlen. Hofmann versichert, daß der Wein, nach der Vorschrift eines Arztes genossen, mehr vor Krankheiten präserviren könne, als alle Arten von Bädern, Sauerbronnen, und andere Gesundheitswasser. Der Rheinwein selbst heilet viele chronische Krankheiten, wenn er mit nöthiger Vorsicht gebraucht wird. Ein phlegmatisches und melancholisches Temperament umzuschmelzen ist nichts besser als Bewegung des Körpers, und ein reichlicher Genuß des Rheinweins. Er widerstehet auch der Fäulniß, und treibt die pockichten, maßerichten und andere Ausschläge bey Schwächlichen auf die Haut heraus, auch wenn sie zurückgetreten sind.)

Die Bergsträser Weine, unter welchen der Auerbacher und Bensheimer für die besten gehalten werden, sind leicht und nicht schlecht;

da sie bald durch die Nieren und andere Ausführungswerkzeuge abgehen, so greifen sie den Kopf und die Nerven nicht so sehr an; sie werden nicht wohl alt und erreichen nach dem sechsten Jahr den höchsten Grad der Geistigkeit.)

Die Neckarweine sind gemäßigter, und für die Bewohner der Gegenden, in welchen sie wachsen, ein angenehmer Trank; sie werden aber nicht viel in entlegene Länder verführet, weil sie bald matt werden *).

Die

*) Zückert, aus welchem die obigen Zusätze genommen sind, hat dies vermuthlich anderen nachgeschrieben. Es sind aber vor ohngefehr zwanzig Jahren aus der Reichsstadt Heilbronn, deren Weine die vorzüglichste Gattung der Neckarweine ausmachen, mit guten Sorten angefüllte Fässer bis nach Riga und St. Petersburg verführt, und daselbst noch gut und lecker befunden worden. Da der Weinbau am Neckar aus mehreren Arten von Trauben besteht, so wollen wir das Urtheil des noch lebenden Herrn Professor Reuß über dieselben, aus seiner im Jahr 1773. zu Tübingen herausgegebenen Diss. de mustis et vinis neccarinis hiehersetzen. Die Clävner empfehlen sich durch ihre baldige Zeitigung und gutes Verhältniß

Die Markgräfler Weine unter denen man die Weine, welche in der Markgrafschaft Baden wachsen, zuverstehen hat, sind leicht und gesund, und haben an Geschmack etwas ähnliches mit dem Rheinwein.)

(Die

hältniß der fetten und sauren Theile. Pur Clävnermost schätzt Sprenger (vom Weinbau S. 991.) dem eigentlichen Burgunder gleich; Was Reuß von dem Clävner sagt, gilt auch von der Burgundertraube. Traminer geben einen edlen Wein; ihr Most ist eben so schwehr, wohl noch schwerer als vom Clävner, aber die Kleinheit der Beeren macht die Trauben geringschätzig. Der Silvaner oder Salvener ist fruchtbar, von einem schweren Safte; wie einige glauben, eilt er unter allen am meisten mit der Zeitigung; er ist fett, hat der süssen spirituösen Theile viel, aber sein Verhältniß der sauren Theile ist zu gering, da doch aus jener und dieser Mischung die Haltbarkeit des Weins erfolgt; In der Verbindung mit Wälschen, Burgundern und Muscatellern giebt er guten Wein; auch ist falsch, daß sein Wein nicht so geistreich sey, wie der von andern Trauben. Der Gutedel hält das Mittel zwischen Salvenern Ruländern, Clävnern und Wälschen, hat aber fast zuwenig saures. Der Muscateller giebt einen guten lagerhaften Wein, braucht

aber

(Die Sächsischen Weine sind streng, rauh, und sauer; der so um Naumburg wachset ist sehr trüb, der in Meissen etwas besser. Von den Märkischen Weinen sagt Zückert, daß man sie kaum zu anderem Gebrauch verwende, als zum Kochen der Speisen, der Saucen und des Senftes. Von den Weinen welche Schlesien und die Lausitz hervorbringen läßet sich ebenfalls nicht vieles sagen. Die Böhmische Weine, besonders um Neuburg, haben viel



aber zu seiner Zeitigung vorzüglich viel Wärme, welches denn selten völlig geschieht. Der Ruländer verdient Aufmerksamkeit wegen der Süsse des Saftes, wegen früher Zeitigung, und weil er auch in mittelmäßigen Lagen, die nicht viel Sonne haben, zeitigt; sein Wein wird leicht schwer, welchem aber durch ein längeres Stehen über den Trebern abzuhelfen wäre. Der Elbling kommt in der hydrostatischen Probe den übrigen Traubenarten nicht bey; das Wässerichte sticht zuviel vor; viel Brüh, wenig Geist; die rothen sind besser als die weissen. Der Trollinger, wenn er völlig zeitig wird, giebt einen edlen Wein, und verbessert das zu viele Saure der Silvaner und Ruländer. Der Veltliner ist von der besten Gattung, nur wird er selten ganz zeitig.

terrestrische und kalkichte Theile, und werden nicht alt. Die Weine in der Schweiz sind sehr geistig; die in Tyrol angenehm und nicht dauerhaft, und die in dem Elsaß sind schwefelreich, und also für den Kopf schädlich.)

Die Weinkünste sind theils gut oder wenigstens erträglich, theils schlimm und schädlich. Jene bestehen darinn, daß man den Wein hell macht, seine Säure (mit Kreide) dämpfet, ihm einen Geschmack von Moslerwein (durch Hollunderblüte) giebt, den verdorbenen (mit Weingeist) verbessert, oder ihn (durch Zucker) zufärben sucht *) Schädlich hingegen sind die Weine, welche

*) Von unschuldigen Weinkünsten hat weiland Burkard David Mauchart in Tübingen eine Disseratation geschrieben und öffentlich vertheidigt. (De uini turbidi clarificatione, resp. Kunzen. Tub. 1742.) In derselben werden folgende Verderbnisse der Weine aufgezählt; Erstlich unschöner Wein, der nemlich kurz nach dem Ablassen trüb gefunden wird. Zweytens dunkelfarbiger Wein, der seine natürliche Farbe nicht hat. Drittens fremdfarbiger Wein, und viertens molzichter Wein in welchem Ato-

welche mit Silberglätte, Marcasit, Quecksilber-Sublimat, oder gar mit Arsenik geman-



Atomen schwimmen / die beym Stillstehen im Glase viel Hefe durch den Niederschlag erzeugen. Ferner zäher Wein / schimmlichter Wein / nach dem Faße riechender / und endlich umschlagender Wein / und verrochener Wein. Die schwache Gährung des Weins leitet er von der unvollkommenen Zeitigung der Trauben / und von ihrem Erfrieren am Stocke her. Stumme oder gefangene Weine aber sind solche, wo die Gährung mit Vorbedacht, damit sie lange süs bleiben / unterdrückt worden. Gestrichene Weine sind alte Weine / die so wohl durch einen Zusatz von gekochtem als ungekochtem Moste verjüngt werden. Jenes nennt man den warmen / dieses den kalten Strich. Jährige Weine werden gemeiniglich zur Zeit der nächsten Traubenblüthe trüb. Eines der vornehmsten Mittel trüben Wein hell zu machen / ist das Aufbrennen mit Schwefelschnitten, die Vermischung mit frischem Moste / und das Legen des neuen trüben Weins auf das Lager oder Sediment eines ältern. Ferner der Gebrauch der Hausenblase, die mit verschiedenen Zusätzen zum Weinschönen zubereitet wird. Die Methode, durch Gefrieren den Wein hell zu machen / ist zwar sicher / aber für den Weinhändler

schet worden sind. Silberglätte im Wein verursacht Steifigkeit, Krämpfe und Schwindsucht; man erkennt ihre Mischung durch Präcipitation mit dem Extract aus Opperment, zu welchem ungelöschter Kalk hinzukommt; der Wein ohne Präparate von Bley behält alsdann seine Farbe, im entgegengesetzten Falle wird er bräuner oder schwärzer werden. Den mit Arsenik vermischten Rheinwein erkennt man durch

von schlechtem Nutzen. Andre schönen den Wein mit Weinsteinsalz, auch Weinsteinöhl und Pottasche, die ihm die übermäßige Säure benimmt. Andre brauchen in letzter Absicht alle officinelle Absorbirmittel. Ferner werden auch trübe Weine hell gemacht durch eingesteckte Späne von Buchen, Birken, oder Tamarisken. Die Italiäner nennen dieselbe Vini de tacche, die deutschen Spanweine. So viel, um die Leser zum Ankaufe dieser nützlichen kleinen Schrift zu reitzen.

Was endlich die unerlaubten Weinverfälschungen und die Entdeckungsmittel derselben betrift, so haben wir uns im zweyten Bande unserer Uebersetzung der Hallerischen Vorlesungen zur gerichtlichen Arzneywissenschaft so müde davon geschrieben, daß wir hier kein Wort davon sagen mögen, und die Leser blos auf erwähntes Werk verweisen. W.

durch Bley, welches in Scheidewasser aufgelößt worden; und der Sublimat im Wein wird durch den zugegossenen Salmiakgeist verrathen.

Der Wein wird zu verschiedenem Gebrauch so wohl in den Küchen als in den Apothecken verwendet. Dort giebt es Alantweine, Wermuthweine, (welche beyde besonders in der Schweiz beliebt sind,) Brechweine, gewürzhafte Weine, Hippokras, Kirschenweine; hier aber Essenzen, Tincturen, Latwergen, Extracte, Balsame und Syrupe, zu welchen Wein genommen wird. Auch giebt es in den Apothecken mit Wein angesetzte Wasser als Zimmtwasser, Melissenwasser, Mayenblumenwasser, Münzenwasser, Wasser von Pomeranzen- und Citronen-Schalen, oder auch zusammengesetzte, wie das windtreibende, das Schlagwasser, das hysterische, u. d. gl.

Um den Grad bey der Vermischung des Weins mit Wasser, zum Trinken, gehörig anzugeben, hat man darauf zusehen ob ein Kranker oder Gesunder, ob junge oder alte, kaltblütige und schwächliche, oder starke und hitzige

Personen sich dieses Trankes bedienen; nicht weniger ob der Wein, den man trinkt, edler oder geringer ist. Nach dem Urtheil des Hippokrates soll man im Sommer mehr Wasser unter dem Weine, im Winter aber mehr Wein genießen.

Jeder Wein, der im Ueberfluß getrunken wird, ist schädlich; denn er macht Hitze, zerstreuet die flüßigen Theile, und machet die festen steif, er nimmt den Kopf ein, verursacht ein Zittern und eine Lähmung der Nerven, und beschleuniget die Herankunft des Alters; hauptsächlich schädlich aber ist er den Gichtbrüchigen, Nierenkranken, Fallsüchtigen, und andern Personen von gallichtem Temperamente, so wie auch denen, deren Säfte zu Wallungen geneigt sind, die einen mit Schwären beladenen Körper, einen beschwerten Kopf u. d. gl. haben.

Gut und gesund ist derjenige Wein zunennen, welcher wohl gegohren hat, nicht zu alt und nicht zujung, nicht zu mager und nicht zu fett, hell und kühl ist, brauset und beym Einschenken leicht laufet; (der warme wird bald

schaal;)

schaal;) der einen starken Geruch und einen angenehmen Geschmack hat, der bald durch die Nieren geht, bey Nacht einen leichten Schweiß erregt, des folgenden Tages den Leib offen hält, keine Kopfschmerzen und keine Mattigkeit zurückläßt. Ungesund ist jeder Wein von rauhen Trauben, der nicht gegohren hat oder sonst auf eine Art verdorben, trüb, schaal, und ranzicht ist, weder einen angenehmen Geschmack noch einen solchen Geruch besitzet.

Es giebt verschiedene mit dem Wein verwandte Getränke; hieher rechnen wir erstlich: den Palmwein, welcher lieblich ist, und die allzugroße Ausleerungen hemmet, besonders bey denen, welche Blut speyen; er ist aber dem Kopf nicht zuträglich. Dieses Getränke besteht aus dem Safte, der aus den aufgeritzten Aesten der Palmbäume herausquillt; dieser wird in drey Tagen äusserst sauer, durch Kochen aber und Abschäumen dauerhaft gemacht. (Der Palmwein Sagueiro oder Gomuti, von welchem Rumph redet, von den Palmbäumen auf der östlichen Küste von Java, so wie auch in Baleya, und dann auf allen Moluckischen Inseln,

wird in Ostindien sehr stark gebraucht. Dieser Saft ist frisch vom Baum weg ganz hell, und an Geschmack und Farbe einem jungen Most ähnlich; läßt man ihn eine zeitlang stehen, so wird er trüber und fast wie eine Molke, und brennt auch schärfer auf der Zunge. So lang er frisch und süs ist, wird er in kleinen Dosen genossen, weil man ihn alsdann für ungesund hält, denn er schwächet den Magen und bringt das Blut zusehr in Wallung, doch wird zuweilen zum Vergnügen etwas mehr getrunken. Man hat auch die Erfahrung gemacht daß manche Personen, welche Mühe haben ein Purgirmittel einzunehmen, oder, wann sie eines zu sich genommen haben, keine Wirkung davon spüren, diese stark und ohne Beschwerlichkeit empfunden haben, wann sie eine starke Portion von diesem frischen Safte, so wie er vom Baume kam, nüchtern tranken. Um ihn zum gewöhnlichen Getränke tauglicher zumachen, gieset man ihn in Töpfe mit langen und engen Hälsen, und thut zwey Büscheln von der zerschnittenen Wurzel eines wilden Baumes, Sesoot oder O'bat Sagueer bey Rumph genannt, hinzu, welche den Sagueiro dicker, weisser und gleich-

gleichsam einer wässerichten Milch ähnlich, in größerer Menge aber hinzugethan, gelblicht machen. Dieser Trank ist aber angenehm, und adstringirend. Personen von hohem Stande in Amboina geben ihm den Vorzug vor dem Spanischen Wein, weil er ihnen zuträglicher zuseyn scheinet; er berauschet ..ch stark und leicht, gleich dem besten Wein. Ist aber die kalte und schleimigte Beschaffenheit dieses Getränkes durch die bittern und scharfen Wurzeln des Sesoot-Baums gemildert worden, so kann man ihn für so ungesund nicht halten; wer ihn alsdann mäßig genieset, verspüret merklich, daß er den Magen stärket und den Appetit erweckt. Er ist aber starken, robusten, und geschäftigen Personen angemessener, als solchen welche viel sitzen und viel Muse haben. Er besitzt eine Schweiß- und Urintreibende Kraft, daher die Trinker desselben gemeiniglich aussehen, als wenn sie von Schweiß zerfließen wollten. Täglich in zu großer Quantität genossen, bringt er Schaden; denn er verschleimt den Magen; auch verursacht er einen bösartigen Rausch der mit Schmerzen begleitet ist, zumal wann man Arak darauf trinket; er ist auch für die

Brust

Brust schädlich und macht eine heisere Stimme.)

Ferner zählen wir zu weinähnlichen Getränken den Cyder oder Aepfelwein, welcher sowohl aus Aepfeln als aus Birnen bereitet wird, angenehm zutrinken ist, aber Blähungen verursacht und leicht sauer wird. In heißen Ländern verfertigt man ihn aus saurem Obst, in kältern aber aus süssem, wegen der Gährung die der ausgepreßte Saft zuleiden hat.

Weiters gehöret hieher der **Weingeist**. Der durch Destillation mehr concentrirte geistige Theil des Weines, dem eine geringere Portion des wässerichten zum Behikel dienet, befördert bey mäßigem Gebrauch die Verdauung, vertreibt die Winde, und ist denen, die besonders im Winter reisen, nicht undienlich. Aber der Schade, den der Mißbrauch des Getränkes von dieser Art stiftet, ist weit mehr zufürchten, weil es trocknet, Durst erweckt, die Galle scharf macht, rohe Dinge in die Masse der Säfte treibt, in den festen Theilen eine Steifigkeit, und in den flüßigen eine Verdickung verursacht, und oft unzählige Uebel hervorbringt.

bringt. Nicht mit Unrecht verdienet auch hier der Punsch der Engländer eine Stelle.

Endlich gedenken wir hier noch des Honigweins, (dessen Mischung aus Wein und Honig, auch etwas Gewürz besteht,) als eines Trankes der gewiß gut und gesund ist, ausgenommen wenn er aus Moste bereitet wird, dann so macht er Blähungen und ist dem Magen schädlich. Hieher gehören auch die Meethe, welche ebenfalls aus Wein, Honig und gewürzhaften Dingen gekocht, der Gährung überlassen und abgeschäumt werden; so ist das der Brust dienliche Alantmeeth, das dem Magen dienliche Zitwermeeth, das Meeth von Gewürznelken und andern Gewürzen beschaffen; so hat man auch ein Honigwasser aus Rosinen, und verschiedene andere dergleichen.

Das warme Getränke scheinet anfänglich für schwache Personen, welche das kalte nicht vertragen konnten, erfunden worden zuseyn, ist aber nachher nur allzusehr ein Gegenstand des Luxus geworden. Soviel ist gewiß daß ein warmes Getränke erweichet, ausspület, zertheilet,

theilet, die Blähungen fortschaft, die Verdauung befördert, die Schmerzen lindert, den Auswurf durch den Mund erleichtert, die Ausleerungen vermehrt, und beym Magenkrampf, in Nierenzufällen, bey Fehlern auf der Brust und in den Gedärmen, gute Dienste leistet. Es ist aber auch schon längst bekannt, daß ein übertriebener Gebrauch der warmen Getränke die Kräfte des Magens schwäche und zerstöhre, woraus dann unzählige andere Uebel entstehen.

Unter den gewöhnlichsten Getränken von dieser Art kann man zuerst den Thee nennen, und mit Kämpfern annehmen, daß er den Magen am wenigsten beschwehre, unter allen aufgesottenen Pflanzen am leichtesten wieder aus dem Körper fortgehe, und daß er die betäubten Lebensgeister wieder aufzuwecken diene. Bey mäßigem Gebrauch kann er also als ein Trank gepriesen werden, der das Geblüte reiniget, die Eingeweide von Verstopfungen befreyet, die Aussonderungs-Gefäße eröfnet, die scharfen Feuchtigkeiten forttreibt, und endlich ein kräftiges Mittel gegen verlohrnen Appetit, gallichten Schleim, Stein, Podagra, Convulsionen,

sionen, Schläfrigkeit, Rausch, Fieber u. d. gl. abgiebt. Sein Mißbrauch erzeuget eine Erschlaffung, vorzüglich des Magens und der Gedärme, einen Harnfluß, Aufblähung des Unterleibs, Colik, und, wie einige behaupten wollen, Unfähigkeiten zum Beyschlaf beym männlichen Geschlechte; welches alles jedoch blos eine Wirkung des warmen Wassers seyn kann, dem der Thee nur eine leicht adstringirende und tonische Kraft, nebst einem angenehmen, gewürzhaften Geschmack und Geruch mittheilet. Schicklich ist, es, Zucker, oder wie manche gewohnt sind, Zimmtrinde, Zitronenschalen, Sternanis, Sassafras, Süßholz, oder dergleichen tonische Dinge, und auch Milch, wegen ihrer nährenden Kraft, zu diesem Getränke hinzuzuthun. Von sogenannten Theegetränken, welche aus einigen von unsern einheimischen Pflanzen zubereitet werden läßt sich nichts besonderes sagen. *)

Wir

*) Es wäre denn, was wir in der unserer schon erwähnten Monatschrift einverleibten Abhandlung vom inländischen Thee davon geschrieben haben. W.

Wir kommen nunmehr auf den aller Orten beliebten Coffee oder Caffee. Der Aufguß von Coffee hat einen reichlichen Vorrath von gummichten Theilen mit einer kleinen Mischung von einem feinen Oele, welches ihn ganz durchdringt und leicht verdünstet. Wann die Caffeebohnen in einem zugemachten Gefäße mäßig gebrannt auch jene Theile durch einen hinlänglichen Grad der Hitze des aufgegossenen Wassers; ausgezogen worden, und man alsdenn Milch und Zucker hinzuthut, so entsteht durch diese Vermischung ein angenehmes und nicht ungesundes Getränke. Lemery glaubt, es stärke den Magen, befördere die Verdauung, verdünnere die zähen und rohen Feuchtigkeiten, heile die Kopfschmerzen, ermuntere das Gemüthe, schärfe das Gedächtniß, (und dämpfe den Rausch:) Doch verschweigt er auch nicht den Schaden, der aus dem Mißbrauch desselben entspringt, nehmlich Verstopfung der Eingeweide, Bangigkeit, Herzklopfen, Zittern der Glieder, besonders, wenn sich Personen, die keine geschäftige Lebensart haben, desselben, und an einem kühlen Orte, bedienen. Simon Pauli tadelt dieses Getränke auch aus dem Grunde, weil er

glaubt,

glaubt, daß es Impotent mache. Cheyne preisset dasselbe besonders solchen Personen an, welche einen feuchten und verschleimten Magen haben, weil es die Säure hinwegnimmt und trocknend ist. Die heutzutage aus verschiedenen Früchten oder Pflanzen nachgemachte Caffee-Getränke verdienen wenig Lob. *)

Es soll hierauf die Chocolade folgen. **) Die Kräfte dieses Trankes kann man theils aus den Cacaokernen, theils aus den gewürzhaften und wohlriechenden Sachen, die dazu genommen werden, theils auch aus der Art ihn zukochen, welches in Wasser, Milch oder Wein, geschieht, beurtheilen. Der Cacao giebt ihm

*) Davon ist billig der Eichelcoffee, von Schröder und Marx auszunehmen, der zwar den Gaumen der Caffeeleckerinnen nicht kützelt, aber in hypochondrischen und hämorrhoidalischen Beschwerden ein sehr gutes Genesmittel abgiebt.

**) Wenn Leibarzt Zimmermann schreibt, daß ihn die Schocolade dumm mache, so muß er gewiß, indem er das schrieb, eine gute Portion davon zu sich genommen haben. W.

ihm eine sehr nährende und lindernde Kraft, welche hitzigen und magern Personen dienlich ist, die Kräfte wiederherstellt und dauerhaft macht, mit einem sanften Schlaf erquicket, den Husten bändiget, und die Müden erfrischet, besonders wenn er mit Zucker, Milch und Eyergelb gekocht ist. Sein starker Gebrauch ist schädlich, wegen der schweren Vertheilung in den Säften, und seiner verstopfenden Kraft, welche dem Ueberfluß an klebrichten Theilen zuzuschreiben sind. Müßige, fette, leucophlegmatische, abgemattete Personen, solche die mit dem Stein, und mit irgend einer Art von Verstopfung behaftet sind, müssen sich vor diesem Getränke hüten. Doch kann der Zusatz von Gewürzen und das Kochen mit Wein jenen Uebeln entgegenwürken, und der Chocolade eine größere Kraft den Magen und das Herz zu stärken, zum Beyschlafe zureitzen, die Winde abzutreiben, mittheilen; ihn auch denen welche viel zureden, weit zureisen, oder schwehre Arbeiten zuunternehmen haben, zu einem treflichen Hülfsmittel machen. Ein Zusatz von allzuscharfen Sachen ist cholerischen und fallsüchtigen Personen höchst schädlich, und wohlrie-

chende

chende besonders solchen, deren Nervensystem einen Fehler hat. *)

Obgleich der Tobacksrauch nicht eigentlich zu den warmen Getränken gerechnet werden kann, so haben wir es doch nicht für schicklich erachtet, von unserer Urschrift hier abzuweichen, sondern wollen vielmehr, da wir noch keinen schicklicheren Plaz für den Artickel gefunden haben, der Ordnung derselben folgen. Ueberhaupt ist vom Gebrauch des Tobacks zubemerken, daß man klug handle, wenn man sich desselben mäsig bedienet, weil seine heilsame Kraft durch die Gewohnheit selbst geschwächt wird. Personen von trocknerem Temperamente



*) Man unterscheidet im gemeinen Leben den sogenannten Gesundheitsschocolat, und den mit Gewürzen, sonderlich mit Vanille, von dem doch jeder diätetischer Schriftsteller auch ein Wort sagen sollte. In dem Gesundheitsschocolat ist das Verhältniß von Zucker und Gewürzen gegen den Cacao so gering, daß es beynahe Null ist. In den verschiednen gewürtzten Schocolaten ist dies Verhältniß sehr manchfaltig. Einer der angenehmsten ist der Wiener. Der Zusatz mit Vanille ist eine Erfindung raffinirter ultramontanischer Wollüstlinge. W.

enthalten sich billig desselben gänzlich, um nicht ihre Trockenheit zuvermehren, so wie auch Cholerische und Junge Leute. Den Schwangeren kann er ebenfalls schädlich werden, weil ihnen sowohl das Niesen als auch das Erbrechen leicht ein Frühgebähren verursachen kann. Der Schnupftoback, entweder allein oder mit wohlriechenden Sachen vermischt, ist Phlegmatischen und mit Catarrhen behafteten Personen nützlich; besonders morgends frühe reinigt er die Nasenlöcher von dem angehäuften Schleim, ermuntert die schläfrigen Geister, und wehret den schlechten Ausdünstungen in der Luft. Sein Mißbrauch aber trocknet zu sehr, verhärtet die Häute des Geruchnerven, oder benimmt wohl gar den Geruch, verschlimmert das Augenweh, schwächet das Gedächtniß; Jungen Leuten verursacht er Zuckungen, und allen Personen von schwacher Leibesbeschaffenheit leicht ein Nasenbluten, Blutspeyen, und die Schwindsucht; den Schwangern ein Frühgebähren; Personen, welche mit einem idiopathischen Schwindel behaftet sind, öfters den Schlagfluß. Nie schadet er aber mehr, als bey Leuten von trockener, gallichter Leibesbeschaffenheit,

als welchen er zuweilen die Blindheit, ja den Tod selbst zugezogen hat. Der Rauchtoback hat heilsame Kräfte in Fällen wo Schleim die Ursache von einer Krankheit ist, denn er macht ihn flüßig und zur Aussonderung durch den Speichel und andere Wege geschickt; besonders reiniget er die Kinbackendrüsen, und in Krankheiten phlegmatischer Art, bey zähem Geblüte, bey Flüssen, bey Schmerzen des Hauptes, der Augen, der Zähne, welche von Ueberfluß an scharfen Säften abstammen, wird er, wann es mäßig geschieht, mit Nutzen gebraucht. Helvetius lobt ihn als ein Präservativ gegen den serosen Schlagfluß; Diemerbroeck in ansteckenden Krankheiten; Nenter preiset ihn als ein Mittel gegen starken Hunger, und Sydenham als ein Clystir bey Colickschmerzen; Doläus rathet den Gebrauch desselben fetten Personen, Simon Pauli den Hysterischen; andere loben ihn gegen die Motten und Wanzen, und gegen Geschwüre an Beinen, und noch andere gegen die Taubheit, die von allzuviel Feuchtigkeit entsteht. Sein Mißbrauch aber schadet vorzüglich denen, welche schwache Nerven, wenig Feuchtigkeit und viel Hitze haben; er vertrock-

net die Quelle des Hungers und des Durstes, verursacht Betäubung und Schläfrigkeit, macht den Verstand und das Gedächtniß stumpf, bringt Verlust der Zähne und zuweilen gar den Schlagfluß, machet träg zum Beyschlaf, raubet den Nahrungssaft, der zur Verdauung so unentbehrlich ist. Wer sich einmal an den Tobacksrauch gewöhnet hat, dem kann er ohne Schaden nicht streng untersagt werden. Der officinelle Gebrauch des Tobackes gehöret nicht hieher.

Noch sind nach Anleitung unserer Urschrift einige Regeln von dem Gebrauche des Getränks beyzufügen. Ueberhaupt bemerken wir, daß sparsames Trinken den Durchgang der Säfte hindert, und eine Schärfe derselben erzeugt, zu welcher sie, während ihrer Bewegung, von selbst geneigt werden, wenn sie keinen Zusatz von etwas bekommen, das sie verdünnet und versüsset; ferner werden durch sparsames Trinken die guten Wirkungen der Ausleerungen und Absonderungen gestöhret, Fieber erzeugt, und es schadet hauptsächlich trocknen und hitzigen Personen. Ein allzureichlicher Trank macht die

Fasern

Fasern schlaff, und den Magensaft zu einem unkräftigen Auflösungsmittel, wobey die Verdauung gehindert und die Speisen verdorben werden; ferner erschlaffet er auf gleiche Weise die Gedärme; schwächt die Kraft der inneren, oder zweyten, Verdauung; macht den Umlauf der Säfte träger, und den Körper zur Cachexie und Wassersucht geneigt. Besteht der allzureichlich genossene Trank aus Gegohrenem, so berauschet er, verursacht ein Zittern und eine Schwäche der Nerven, und bringt, nach einer unruhigen Nacht, noch am folgenden Tage Aufstosen der Cruditäten nebst Eckel und Erbrechen, dämisches Wesen und Kopfweh hervor. Wer es nicht vermeiden kann, dem Bacchus ein Opfer zubringen, der trinke anfänglich unter dem Essen wenig, steige alsdann allmählich weiter, erhitze sich nicht im Gespräch, und bereite den Körper durch den Gebrauch von bittern Mandeln, unreifen Oliven, Kohl und anderen Zugemüßen zuvor.

Man nehme doppelt soviel Getränke zu sich als Speisen, auf Gebratenes mehr als auf gesottenes, auf Fleisch und Mehlspeisen mehr als auf

saure fette und blähende. *) Feiste Personen und solche, die sich viel Bewegung machen, sollen sich so viel als möglich, vom Getränke aller Art, besonders von starkem enthalten; Cheyne sagt, nichts diene besser dazu, ihr Leben gesund zu erhalten oder zuverlängern, als ein beständiges Enthalten von allem Trinken; besonders sind dickleibigte Leute, wann sie viel Feuchtes zu sich nehmen, der Wassersucht und der Schlafsucht unterworfen, daher auch diese Krankheiten nichts leichter heilet, als die Einschränkung im Trinken.

Nichts ist dem Magen, wenn er von vielen Speisen beschwehrt ist, schädlicher als vielen Wein zutrinken, ob man gleich glaubt, daß die Verdauung dadurch befördert werde; denn der

*) Hier ist nur vom Verhältnisse des Trinkens gegen das Essen die Rede, und die Regel im vorigen Abschnitte, daß man im Sommer überhaupt reichlicher, und im Winter sparsamer auf das Essen trinken müsse, wird weder durch dieses, noch das, was im Texte darauf folget, umgestossen. W.

der Wein wird eben so schwehr verdaut, als jene Speisen. Man verdauet halb noch einmal soviel, wann man Wasser oder dünnes Bier trinkt; denn das Wasser schickt sich zu allen Speisen, der Wein hingegen macht viele hart; das Wasser spühlet die scharfen und salzigen Theile aus und macht sie gelinder, der Wein noch schärfer; die, welche an der Tafel beständig Wein zutrinken gewohnt sind, werden schlechteren Appetit zum Essen haben und langsamer verdauen, als die, welche zugleich oder an dessen Statt, sich des Wassers bedienen. Glücklich ist der, der vor dem mannbaren Alter gar keinen Wein, oder ihn sehr sparsam trinket; er behält lange gesunde Sinnen und gemäsigte Begierden.

Man trinke nicht vor dem Essen, und es ist besser einen aufsteigenden Durst ein wenig zuunterdrücken, um den Magen in seiner Verrichtung nicht zustöhren. Der Trunk selbst sey nicht herkulisch, und eben so wenig geschehe er mit geringem und häufig wiederholtem Einschlürfen; jener erzeuget Blähungen, Wallungen, und hindert das ganze Geschäfte der Ver-

dauung, dieses, beym Wasser ausgenommen, verursacht bald einen Rausch.

Den kalten Trank melde man, wann der Körper durch Bewegung erhitzt worden, weil die zuvor ausgedehnte Gefäße dadurch plötzlich zusammengezogen werden, und eine entzündliche Stockung daraus entstehen kann; hat man aber den gegenseitigen Fehler begangen, so suche man ihn dadurch zuverbessern, daß man fortfahre, den Körper zubewegen, und gelinde Mittel und warme Kräutertränke zugebrauchen.

Getränke des Morgens, des Mittags oder des Abends, ohne alle Speise, zu sich zunehmen, ist für Gesunde und nach der Ordnung lebende Personen nicht dienlich, es sey dann, daß sie durch lange Gewohnheit auf diesen Abweg gerathen seyn möchten. Die, welche langsam verdauen, mögen wohl einen Mittagstrunk thun. Früh morgens liebt man gemeiniglich warme Getränke, als z. B. einen Abguß von Thee und andern Pflanzen. Mann kann es für eine stätige Beobachtung halten, daß flüßige Nahrungsmittel, allein genossen, den Magen mehr beschwehren, als wann sie mit einer substantiösen Speise vermischt werden.

Neun-

# Neunter Abschnitt.

## Von den Ausleerungen und Verhaltungen.

Die Ausleerung von der ersten Verdauung geschiehet durch den Koth, die von der zweyten durch den Harn, und die von der dritten durch den Schweis, und durch die Transpiration. Die erste Ausleerung treibt die dicken und hefenartigen Ueberbleibsel der verdauten Speisen aus; denn alles was der Mensch genießt, enthält einige Theile, welche nicht tauglich sind um in den Nahrungssaft verwandelt zuwerden. Die zweyte Ausleerung führet die salzigten und öhlichten Theilchen, welche nach und nach durch die Lebensbewegung in der Masse des Geblüts sich entwickeln, mit einem scharfen Stimulus zubeissen und den sanften Umlauf des Blutes zustören geneigt sind, in einem wässerichten Vehikel durch die Nieren zu rechter Zeit aus dem Körper hinaus. Die dritte Ausleerung wird durch die Haut verrichtet, die wegen ihrer unzählichen Schweislöcher

und Röhrchen gleichsam ein allgemeineres Reinigungs-Instrument des Körpers abgiebt, und die abgekratzten Fasern der kleinsten Gefäße, nebst den feinern und schädlichern Theilen der Säfte, als den subtilsten Reiz der Verderbniß, aus dem Körper forschaffet. Je mehrere von diesen Wegen der Ausleerung an einem Fehler leiden, und je edler einer von denselben ist, desto schwerere Krankheiten sind zubefürchten, und vornehmlich Fieber, welche insgemein von mehr oder minder unterdrückten Auslerungen entstehen, und fast niemahls eher weichen, als wann jene wieder hergestellt sind. Es giebt auch noch andere Wege zu Ausleerungen, als der Auswurf durch den Mund, die Blutflüsse, von selbst entstandene Geschwüre, u. d. gl. welche aber den Gesunden nicht so natürlich, noch auch erwünscht sind. Diejenigen schaden sich selbst, welche zuweilen einen natürlichen Reiz zur Ausleerung unterdrücken, und aus Liebe für ihre Gestalt oder für die Reinlichkeit, den Schweis, der unter den Achseln oder an andern Stellen reichlich und mit Gestank bey ihnen zufliesen pflegt, oder die Blätterchen ihres rothen Antlitzes zurückzutreiben suchen.

Es

Es ist gut, wenn sich der Leib von selbsten täglich entlediget. Leonhard Fuchs urtheilet, daß diejenigen, welche von Natur einen offenen Leib haben, nicht von Krankheiten angegriffen werden, andere hingegen, welche dieser Wohlthat beraubt sind, litten insgemein am Kopfe, bekämen Engbrüstigkeit, Aufstosen, Winde, Krämpfe, Mattigkeit in den Gliedern, vorzüglich schwelle ihnen der Leib an, und der Durchgang durch die zusammengepreßte Eingeweide des Unterleibes werde bey denselben gestöhret. Wenn es Personen giebt, welche eine Zeitlang einen verstopften Leib ohne Schaden behalten, so werden sie gemeiniglich diese Unschädlichkeit, von der sie jedoch nicht hoffen dürfen, daß sie dauerhaft seyn werde, der zunehmenden Stärke einer andern Ausleerung zu verdanken haben. Wer diese nicht bey sich verspüret, der enthalte sich ja nicht leicht an gewissen Zeitpuncten, Früh oder Abends, einen gewöhnlichen Stuhlgang zuthun, auch wenn er keinen Reiz dazu empfindet, und suche auf alle Weise diese Ausleerung zu wegezubringen, bis sie ihm gewöhnlich wird; geschiehet es vergeblich, so enthalte er sich eine Zeitlang von

trocke-

trockenen und festen Speisen, und geniesse nur weiche und solche, die mit einem leichten Reitze die Gedärme schlüpfrig machen; will auch dieses nicht anschlagen, so nehme er seine Zuflucht zu leichten Purgirmitteln, welche keine Ungemächlichkeit verursachen, wohin die Digestiv-Salze, die eröfnenden Salze, die Manna und der Weinsteinrahm gehören. Wenn eine Krankheit ihren Anfang nimmt, so gebietet Hippokrates den Leib zuentledigen, hat sie aber ihre Stärke erreicht, so läßt er denselben ruhen. Diejenigen, welche mäsig essen, und wenig Fleisch geniessen, werden nicht leicht an der täglichen Ausleerung des Kothes Mangel leiden; doch haben diese auch nichts zufürchten, wann dieselbe zuweilen über den anderen Tag oder etwas später ausbleibt; denn wer mäsig ißt, der sammlet auch wenig Unrath; und oft ist es ein Zeichen, daß man die Mäsigkeit überschritten habe, wenn man vermöge eines Reitzes von verdorbenen Speisen mehr als nöthig ist ausleeret, woraus nach und nach langwierige Krankheiten und Nervenzustände entspringen.

Der Koth des Afters muß weder zu flüßig noch zu hart, sondern von einer mittleren, weichen und geformten Consistenz seyn, dem Inhalt nach viel, dem Gewicht nach aber wenig, und täglich kaum etwas mehr als den dritten Theil eines Pfundes, betragen. Ein harter und trockener Koth läßt vermuthen, daß starkes Arbeiten, oder starkes Getränke, oder Fasten, oder auch eine besondere Beschaffenheit der wurmförmigen Bewegung der Gedärme ihn verursacht haben. Ein dünner und reichlicher Koth hingegen geht von solchen Personen ab, welche viel und mehr als sie verdauen können, genossen haben; diese werden bey ihrer Unmäsigkeit magerer als andere bey der sparsamsten Kost. Man kann aus dem Koth nicht undeutlich erkennen, wieviel und was für Speise Jemand zu sich genommen habe, und ob dieselbe verdaulich gewesen oder nicht; was roh ist, reitzet bey entkräfteter Verdauung, und nähret niemals; wer schlaffe Fibern und in seinem Blute mehr wässerichte Theile hat, der zehret auch bey einem Ueberfluß von Speisen ab; man gebe also den Schwächlichen nichts als Milch, Eyer, dünne Brühen, zartes Fleisch,

weichen

weichen Brey, und zwar nur, wann sie Hunger haben, und nach einer gelinden Bewegung. Die Sorgfalt der Mütter und Ammen machet öfters der Kindern die Bäuche schwellen; diese werden daher bey ihren rohen und reichlichen Kothausleerungen, abgemergelt. Vergeblich loben diejenige, welche viel sitzen; und bey den Büchern blaß werden, ihre Mäsigkeit; ihr Eckel, ihre Blähungen, ihre Schmerzen im Leibe und im Kopfe sagen uns, daß sie mehr gegessen haben, als ihre Verdauungskräfte zuliessen, und noch mehr beweiset es ihr dünner und reichlicher Stuhlgang.

In Ansehung der Zeit des Stuhlganges nach einer Mahlzeit, macht ohne Zweifel eine starke Verdauung und die Beschaffenheit der Speisen einen Unterschied. Cheyne will uns aus vielmahliger Erfahrung versichern, daß diejenigen, welche täglich einen Stuhlgang haben, den Unrath der Speisen, welche sie erst drey Tage zuvor zu sich genommen hätten, von sich gäben; solche aber, welche immer über den andern Tag den Leib entledigten, schaften den Unrath vom sechsten vorhergehenden Tage

fort.

fort. Wenigstens sieht man, daß måsige Leute, wenn sie einmal zuviel gegessen haben, in den nåchsten zweyen Tagen an Leib und Seele ganz munter sind, am dritten aber unruhig und traurig werden, am Kopfe leiden, und dabey auch håufige Kothausleerungen haben. Man kann hieraus besonders schließen, daß oft ohne Grund die schlimmen oder guten Wirkungen von kurz zuvor eingenommenen Arzneyen oder Speisen, denselben fålschlich zugeschrieben werden.

Der Urin, eines gesunden Menschen ist bey gemåsigten Leibesbewegungen, und besonders nach dem Schlaf, dûnn und klar, strohfarben oder gelblicht, hat einen weisen, leichten und gleichen Bodensatz, der sich in der Mitte ein wenig erhebt; ein solcher Urin zeiget an, daß der Mensch seine richtige Portion genossen und gut verdauet habe, und daß sein Kôrper mit keinen schlimmen Såften beschwehret sey. Die tågliche Menge des abgegangenen Harnes soll ein Drittheil von dem Getrånke, das ein Mensch zu sich genommen hat, betragen; ûbrigens lehret die Erfahrung, daß man bey

heisem Wetter weniger harne, aber hingegen mehr transpirire, als bey kaltem.

Die unterdrückte Ausleerung des Harnes ist schädlicher als die des Kothes, und die Natur treibt daher auch jene Sammlung von öhlichten und salzichten Unreinigkeiten, die einer alkalischen Schärfe am nächsten kommen, und durch einen langen Aufenthalt im Körper schädlicher werden, täglich viel öfter aus. Die zurückbleibende scharfe Lymphe erzeuget anfressende Abflüsse, reissende und fixe Gicht, Zittern der Nerven und Convulsionen. Die völlige Verhaltung des Urins erreget in kurzem Fieber, und wann der Reiz sich bis in das Gehirn erstreckt, so verursacht sie Schwindel, Schläfrigkeit, Zuckungen, und durch den Schlagfluß sogar den Tod. Jedermann, besonders aber alte und schwächliche Leute müssen daher äusserst darauf bedacht seyn, daß sie den Reiz zum Harnen nicht unterdrücken weil derselbe sonst träger wird, und in eine Lähmung der geschwollenen Blase, in eine Wassersucht Schwindsucht und andere Uebel übergeht. Solche, bey welchen der Harn weniger oder mehr

sitzen

sitzen bleibt, die sollen ungesäumt aufstehen und hin und her gehen, denn diese Stellung und Bewegung befördert das Absonderungsgeschäfte der Nieren; sie können sich auch, wenn es nöthig ist, das heißt, wenn der Harn etwas stärker verhalten ist, solcher Mittel bedienen, welche leicht durch die Nieren passiren, als der Erdbeeren, Spargeln, Gemüse, des Thees, säuerlichter Decocte, auch harntreibender Umschläge an der Gegend unter dem Nabel, ingleichem der Clystiere und salpetrichten Mittel. Bey welchen aber ein sparsames Trinken, oder eine stärkere Ausleerung von anderer Art an wenigem Urin Schuld hat, die brauchen sich um keines von diesen Mitteln zubekümmern.

Eine allzustarke Ausleerung durch den Harn ist ebenfalls schädlich. Sie verursacht einen Verlust der flüßigen Theile, und macht daß das Zurückbleibende unfähiger wird, durch die Gefäse durchzugehen; sie bringt auch eine Art von Auszehrung, welche dem Körper seine Nahrung entzieht. Bey einigen, deren Geblüt, wegen seiner unvollkommenen Mischung, das Flüßige leicht vom minder flüßigen losgehen

läßt, entstehen ohnauflösliche Stockungen; bey andern hingegen, ist die Mischung so zäh, daß sie auch bey einer stärkeren Bewegung wenig harnen oder schwitzen. Jener Zustand zieht eine schnelle Auszehrung nach sich; in diesem muß, weil beynahe gar keine Verdauung statt findet, das dicke und scharfe zurückbleiben, und unter Durst, als dem Gefährten der Schärfe und dicken Säfte, eine Verstopfung in den Gefäßen, eine Beängstigung von der Anhäufung in denselben und andere dergleichen Uebel entstehen. Weniger Gefahr ist vorhanden, wann der häufige Urin von überflüßigem Getränke oder von harntreibenden Mitteln herrührt. Doch ist auch bekannt, daß der Mißbrauch von diesen die Gefäße der Nieren schlaff mache, und nach und nach eben jene Uebel herbeyziehe. Weit unschädlicher hingegen ist der häufige Abgang des Harnes, welcher alsdann entstehet, wann andere Arten der Ausleerungen geringer sind.

Der Schweiß ist bey vollkommenem Gesundheitszustand keine natürliche Ausleerung; denn er stöhret die Oekonomie des Körpers, indem

indem er rohe und ausgekochte Theile untereinander mit sich fortnimmt. Die gesündesten Leute schwitzen kaum bey starker Bewegung des Körpers; Schwächliche hingegen bey der geringsten, oder wohl gar wann sie ruhig im Bette liegen, daher werden Schwindsüchtige niemals gesund, wenn ihre Schweisse nicht zurückbleiben. Der Schweiß entsteht entweder von einem Ueberfluß dünner Säfte, oder von einer Erschlaffung der Gefäse der Haut, oder von einem Fehler der Bewegung, wann sie nemlich entweder allzumatt oder sehr angestrengt ist; eine matte Bewegung kann, wegen Schwäche, die Säfte nicht genug verdünnern, noch sie auf eine andere als fühlbare Art austreiben; daher kommt der kalte Schweiß, wenn die Schließmündungen der Gefäse in den äussersten Theilen erschlaffet sind. Eine starke Bewegung hingegen treibt in die erschlaften Theile auch solche Säfte, welche nicht dahin gehören, alsdann wird der Schweiß dick, und verursacht Entzündungen, daß in Fiebern, besonders in hitzigen, öfters Schweisse mit Erleichterung und mit einer Crisis fliessen, weil es dem Körper zuträglicher ist, von den schädlichen

lichen unverkochten Säften, die auf keine andre Art weichen, befreyet zu werden. Sonsten ist es nicht gut, wann der Schweiß auf die Transpiration folget oder sich mit ihr vergesellschaftet.

Die unmerkliche Ausdünstung oder Transpiration *) dienet am besten den Körper zu reinigen. Je stärker dieselbe ist, desto mehr vermögen die körperlichen Kräfte die Säfte auszukochen und zuverdünnern, und den Menschen von den flüßigen Unreinigkeiten, die, ob sie gleich sehr dünn sind, dennoch mehr wiegen und schädlicher sind als die dicken, zuentledigen. Wer eine gute Transpiration hat, der kann der Aderlässe und der purgirenden Mittel leicht entbehren. Es ist nicht gut wann man auf die merkbare Ausleerungen zu sehr Acht hat, und die Sorge für die unmerkliche Ausdünstung darüber vergißt. Man erkennet eine bevor=

*) Von dieser hat, um des Zusammenhanges willen, manches nicht hieher können verspareт werden, sondern bereits in den vorigen Abschnitten seine Stelle finden müssen. W.

bevorstehende Krankheit bälder und sicherer aus der gestöhrten Transpiration, von der sie ihren Ursprung nimmt, als aus den in Unordnung gebrachten animalischen Functionen, unter denen die Krankheit schon zugenommen hat, oder aus der vorhergegangenen Diät, nach welcher oft wenig gefragt wird. Eine unterdrückte Ausdünstung ist aber um so schädlicher als die Verhaltungen der anderen merklichen Ausleerungen, weil die Ausdünstungsmaterie dünner und ihre Kraft zuschaden einer grösseren Verbreitung fähig ist. Die Natur hat daher dem Koth und Urin einen etwas längeren Aufenthalt in dem Körper verstattet, da sie hingegen die Ausdünstungsmaterie beständig fortschaft. Diese, wenn sie verhalten wird, stürzet den Menschen in schwehre Krankheiten, wenn er nicht bald reichlicher ausdünstet, oder durch Hülfe der merkbaren Ausleerungen ein wenig erleichtert wird. Denn durch die Transpiration werden solche Materien aus dem Körper getrieben, die entweder nur ihr eigen sind, oder auch zu andern Arten von Ausleerungen gehören, und die sowohl aus verdorbenen dünneren Säften, als auch aus abgenutzten festen Theilen bestehen.

Die der Ausdünstung eigene Ausleerung wird nicht leicht, wann sie mangelt, durch irgend eine andere wesentlich ersetzt.

Die Ausdünstung des menschlichen Körpers ist sich nicht zu jeder Stunde des Tages immer gleich. Nach dem Essen ist sie geringer; wann die Speisen verdaut sind, und der Nahrungssaft mit dem Blut vermischt und durch den Umlauf untereinander getrieben wird, so ist sie stärker; am schwächsten aber ist sie nach der Verzehrung und Vertheilung des Nahrungssaftes. Die Transpiration ist im Winter geringer als im Sommer; die nächtliche hält Sanctorius für noch einmal so stark als die bey Tage, Keil und Gorter halten sie bisweilen für geringer. In hitzigen Gegenden wird man bey Nacht mehr schwitzen, und in kalten mehr bey Tage. Diejenigen, welche gleich nach dem Abendessen zu Bette gehen, werden in den ersten sieben Stunden nicht viel schwitzen; wer von elf Uhr bis morgens um acht Uhr schläft, der findet den Zeitpunkt der größten Transpiration im Bette. Die Beschaffenheit der Luft, die Stärke des Körpers, die

Menge

Menge der Speisen, der Grad der Leibesbewegungen, machen allezeit eine Verschiedenheit in der Ausdünstung. Je weiter ein Theil des Körpers vom Antrieb des Herzens entfernt ist, desto schwächer transpiriret er, ausgenommen wo eine stärkere Bewegung der Muskeln statt findet, oder wo Bähungen applicirt werden; doch ziehen die letztere in einem unreinen Körper auch rohe Säfte herbey, und machen sie alsdann stocken.

Gestört wird die Transpiration am meisten: erstlich durch Schmerzen, weil sie die Lebensgeister, die zur Ausleerung durch die Haut nöthig sind, theils verzehren, theils anderswohin leiten. Ferner durch Beschmieren der Haut, wodurch die Oefnungen derselben verstopft werden. Ingleichem durch die Kälte, besonders bey Nacht und unter dem Schlafen, als welches die Dünste vertrocknet und dick macht, und ebenfalls die Oefnungen der Haut, welche sich bey Nacht weiter öfnen, zusammenzieht. Weiter durch das unruhige Herumwälzen im Bette, wobey, wegen gehinderter Verdauung, das unverdaute zur Beschwerde des Leibes zu-

rückbleibt. Und endlich wann die Natur mit einer andern Function zu sehr beschäftigt ist. So dünstet also der Körper weniger aus, wann der Magen und die Eingeweide im Verdauen begriffen sind, zumal von fetten schleimigten Speisen, wohin besonders die Austern gehören, die nicht nur selbst nicht ausdünsten, sondern auch die Ausdünstung der andern Speisen hindern. So leitet auch eine stärkere Ausleerung von der Art der merklichen, besonders die des Kothes, welche nach dem Ausspruch des Hippokrates, die Haut trocken macht, die Natur von der Transpiration ab. Bey der Diarrhoe und bey dem Erbrechen geht die Ausdünstung allezeit weniger von Statten, besonders einige Stunden nachher, wann man Purgir- und Brechmittel eingenommen hat. Hieher ist auch zurechnen eine durch Krankheiten, Alter, unzeitiges Aderlassen, unterlassene Leibesbewegungen, die man sonst gewohnt war, und durch eine beschwehrliche Kleidung an ihren Kräften geschmählerte Natur. Sanctorius zählet auch hieher eine allzugrose Enthaltsamkeit robuster Leute von gekochten Speisen. Gegen alle diese angeführte Ursachen schärfet die Diätetik eine

Behut-

Behutsamkeit ein, weil die Transpiration sich sowohl auf die vornehmsten Theile des Leibes als auch auf die andern dienenden, verbreitet.

Zur Vermehrung der Transpiration dienet: erstens das Gähnen, so wie auch das Recken und Dehnen; jenes zeiget eine verstärkte Thätigkeit der Lungen und einen grösseren Abfluß des Nervensaftes vom Gehirn an, und die beyden letzteren eine stärkere Wirksamkeit der Muskeln, nebst einer stärkeren Zurückleitung des Geblütes, welches in den äussersten Gliedmasen sich langsamer bewegt, gegen das Herz. Ferner die Bäder; diese machen die Haut schlaff und erweitern die Ausdünstungsgefäse; doch wird bey ihnen eine sorgfältige Vorbereitung erfodert, damit die äussersten Theile nicht mit rohen Säften, die zur Ausdünstung nicht tauglich sind, angefüllet werden mögen. Sodann die Leibesübungen, welche die Ausdünstungsmaterie mit zubereiten helfen, und die Thätigkeit des Herzens, wenn sie ermattet, bis in die äussersten Theile des Leibes hervorreitzen. Endlich gehören hieher Schweißtreibende- und Theriakmittel, welche bey mäsigem

Gebrauch

Gebrauch die Säfte in die Gefäse der Haut treiben. Uebrigens zerstreuet eine mit Vorsicht vermehrte Ausdünstung die allzudünnen Säfte, und zertheilet Geschwülste, welche sich öfters in langsam zunehmende Skirrhen verwandeln; sie ist auch hypochondrischen Personen, bei österem Gebrauch der Bäder und anfeuchtender Nahrungsmittel sehr dienlich, und auf diese Art werden die Einwohner heiser Länder am besten geheilet.

Man siehet leicht, daß die Transpiration kein übermäsiges Lob verdienet, weil ein so groser Verlust von Säften, welchen Sanctorius auf 40. Unzen für eine Nacht berechnet hat, mit oft ungleichem Erfolg wieder ersetzt wird; diejenigen, bey welchen dieser Ersatz erfolget, behalten zwar eine gute Gesundheit, sie befinden sich aber auch in gröserer Gefahr wegen der Ursachen, welche die Transpiration leichtlich zustöhren pflegen. Ein Körper der wenig verliehrt, bleibt gewiß gesünder, und braucht nicht soviele Hülfsmittel. Welch eine starke und gute Coction wird nicht dazu erfodert, um das, was verlohren geht, unverdorben wieder zuersetzen? Daher sind die nordi-

schen

schen Völker, welche måsig transpiriren, auch gesünder; und gemeiniglich ist in einem kalten Clima die Lebhaftigkeit des Körpers größer, und auf diese gründet sich die Sicherheit des Wohlbefindens, und die Dauerhaftigkeit der Kräfte. Diejenigen Personen, sind immer schwächlicher, die sich nicht an die Kälte, welche die Oefnungen der Haut zusammenzieht, gewöhnen. Reaumur hat durch die Kälte Insecten ein längeres Leben verschaft, und er glaubt, daß mit gleicher Hofnung diese Erfahrung sich an dem menschlichen Körper machen lasse. Der Sommer verzehret mehr von unserem Leben als der Winter. Es ist freylich nöthig, daß die Haut ausdünste, aber nicht als wie in einer Schwitzstube, und keine Bäche von Säften, die zum Leben dienen, müssen die Kräfte mit sich hinwegschwemmen. Schon Hippokrates nennt diejenigen schwächlich, welche stark, und diejenigen robust, welche mäsig ausdünsten; und also muß die Ausdünstung, wann sie gesund seyn soll, ihre Gränzen haben.

Ausser den bisher beschriebenen Arten von Ausleerungen, öfnet die Natur zuweilen noch andere Wege, ohne sich dabey an eine beständige

dige Regel zubinden. Hieher gehöret jenes Blut, welches durch die erweiterten Gefäse an verschiedenen Theilen des Körpers zum Vortheil der Gesundheit herausdringt. Dies geschieht bald durch die Schweislöcher der Haut, bald durch die Augenwinkeln, bald durch andere ungewöhnliche Stellen, die durch Vollblütigkeit ausgedehnt worden, sobald sie aber durch die Ausleerung erleichtert sind, wieder zusammenfallen. Es giebt Leute unter beyden Geschlechtern, welche sich wohl befinden und mäsig leben, aber nach dem Zeitpunct, da der Körper völlig erwachsen ist, alle Monate eine gewisse Mattigkeit und zunehmende Schwehre fühlen, und einer Ausleerung bedürfen; die Frauenspersonen welche mehr sitzen müssen, werden alsdann durch die monatliche Reinigung erleichtert; bey Personen vom männlichen Geschlechte, deren Lebensart mit mehr Bewegung verbunden ist, werden die überflüßigen Säfte nicht selten, wie Sanctorius bemerkt, an gewissen Tagen der Monate durch einen stärkeren Abgang des Urins zerstreuet, zuweilen finden sich auch die Hämorrhoiden zu ihrer Erleichterung ein.

So

So wie aber die Verhaltung desjenigen, was ausgeleret werden sollte, schädlich ist, so schadet ebenfalls die Ausleerung von dem, was im Körper hätte zurückbleiben sollen; in dieser Rücksicht sind hier zubetrachten erstlich:

Die allzugrose Ausleerung des Geblütes, welche die Kräfte niederschlägt, eine Blässe zurückläßt, die Absonderung und Verrichtungen der Lebensgeister stöhret; und wie viel kommt hier nicht auf das Blut an? Ferner

Die allzustarke Ausleerung des Speichels; diese hindert den Vortheil der ersten Verdauung; der Speichel soll die Speisen hinabführen und verdauen helfen, den ausgeleerten Magen, gleich einer Seife, abwaschen, und ein aus Blut und Nahrungssaft vermischtes Auflösungsmittel aufs neue in den Mund bringen. So auch:

Die allzustarke Ausleerung der Galle, durch welche eine Verstopfung des Leibes und Geschwulst des Unterleibes erzeugt wird; es folgen auch auf dieselbe Schwäche, Frost, blasses Harnen, Leukophlegmatie, und dann eine von selbst entstehende Verderbnis der Speisen, welcher die Galle nicht widersteht; (eben dies gilt

gilt auch von dem Safte der großen Gekröse-drüse und der Därme). Endlich

Die allzustarke Ausleerung des Saamens, als mit welcher sich Mattigkeit, grösere Trockenheit, ja die Rückenschwindsucht und Zuckungen vergesellschaften; man kann zu diesem ihrem Gefolge auch noch Schmerzen in den Gehirnhäuten, und vorzüglich eine Stumpfheit der Sinne, und die Blödsinnigkeit rechnen; gute Nahrungsmittel und mäsige Bewegung, nebst Fußbädern und mit Vorsicht gebrauchten Frottirungen, sind die einzigen Mittel gegen den Schaden dieser Ausleerung, von welchen sich was gutes hoffen läßt.

## Zehnter Abschnitt.

## Von der Bewegung und Ruhe.

Die Bewegung mit abwechselnder Ruhe ist für die Gesundheit eben so wichtig als Speise und Trank. Wir reden hier nicht von den natürlichen Bewegungen, und betrachten nur die äusserlichen, die von der Thätigkeit des Her-

Herzens, der Pulsadern und der Eingeweide abhängen, und die vermischten, dergleichen das Athemholen und vorzüglich diejenigen Bewegungen des Körpers sind, die entweder von einem innerlichen Bestreben des Willens, oder von einem äusserlichen Antrieb entstehen. In Ansehung sowohl der Gesundheit als der Schädlichkeit der Bewegungen, theilen wir dieselbe ein in gemäsigte, in schwache und in starke. Zur gemäsigten freywilligen Bewegung gehöret das Gähnen, das Recken und Dehnen, das Umhergehen; zur starken das Springen, Lauffen, Schreyen, das Blasen, das Aufheben schwehrer Sachen, ingleichem das Ballspielen, Exerciren, Fechten. Unter die mäsigen äusserlichen Bewegungen rechnen wir das Frottiren, das Tragen und Fahren in einer Säfte, in einem Wagen oder in einem Fahrzeug auf dem Wasser; unter die starken das Reiten, das Umdrehen in einem Kreyse u. d. gl. die schwache äusserliche Bewegung empfehlen wir niemals, ausser wann die innerliche Bewegung, welche von Krankheiten entspringt, allzuübermäsig ist.

Eine mäßige Bewegung, welche die Säfte in den Gefäsen des Körpers wechselsweise und gelind zusammendrückt und wieder auseinander läßt, ist vorzüglich darum nützlich, weil sie die gegenseitige Berührung der Theile in dem Flüßigen beständig unterbricht, durch beständige Veränderung der Lage derselben, das Zusammenhängen der Partikelchen verhindert, die Flüßigkeit unterhält, sie ohne Anstoß vertheilet, und vermöge des Durchführens durch Gefäse von bestimmter Form die rohen Säfte, das heißt solche, welche noch nicht animalisirt sind, verwandelt, die verkochten aber, welche die Natur des thierischen Körpers schon angenommen haben, zu einem regelmäsigen Umlauf und ihren Wirkungen geschickter macht, und die natürliche Wärme, die Verdauung und Absonderung vermehret. Da eine solche Bewegung den Körper reiniget, die Säfte, welche in den Gefäsen verweilen, durch einander reibt, und zu den merkbaren und unmerklichen Ausleerungen vorbereitet, so kann man für gewiß halten, daß bey solchen Personen, welche immer Bewegung haben, das Geblüt mehr verfeinert werde, als bey denen, die beständig in der Ruhe

bleiben,

bleiben, daß ihre Lebensgeister reichlicher, lebhafter und ihre Körper an Masse und Gefühl leichter seyen. Man kann daher auch glauben, daß in chronischen Krankheiten nichts so gute Dienste leiste, als die Bewegung, welche allein schon die verdorbene Verdauung und vielen Arten von Cacherie heilet, die Würkung von verdünnernden und auflösenden Mitteln befördert, drohenden Krankheiten abwehret, alles unreine Miasma, sobald es sich einnisten will, vertreibt, und besser als alle Arzneyen die Gesundheit des Körpers und die Lebhaftigkeit des Geistes aufrecht zuerhalten vermag. Ausserdem kann man noch bemerken, daß die eine Art von Bewegung, oder die willkührliche, die Lebensgeister mehr verzehrt, aber auch die Säfte homogener macht, daher wiederum eine neue Erzeugung der Lebensgeister entstehet; die andere oder äusserliche Art von Bewegung verzehret die Lebensgeister weniger, macht aber auch die Säfte weniger homogen. Sanctorius empfiehlt daher zur Beförderung der Transpiration das Fahren weit mehr als das Spazierengehen.

Eine gesunde Bewegung beruhet auf folgenden Regeln. Man bewege sich nur so lange,

bis man ein wenig ermüdet oder in einen ganz gelinden Schweiß geräth, und Sanctorius mag Recht haben, daß wer in diesem Falle das Schwitzen vermeidet, sich Hofnung machen darf, lange ein jugendliches Gesichte zubehalten. Man mache sich keine Bewegung gleich nach der Mahlzeit, sondern erst wann die Verdauung vorüber ist, denn im ersteren Fall wird der Körper schlecht und nur rohe Säfte ausdünsten. Man ziehe solche Bewegungsarten, deren man gewohnt ist, den ungewohnten, und daher das Gehen allen andern vor. Jede Bewegung muß von Anfang leicht und schwach seyn, dann kann man dieselbe langsam und nach und nach stärker werden lassen; wann es sich thun läßt, so sorge man dafür, daß sie sich in jeden Theil des Körpers gleichstark erstrecke, und das Gemüth auch dabey Vergnügen empfinde; und niemals lasse man die erhitzte Theile des Körpers plötzlich erkälten.

Besonders kann noch einzeln bemerkt werden: daß die Bewegung am Morgen magerer macht, den Kopf erleichtert, den Leib öfnet, den Lebensgeistern mehr Beweglichkeit mittheilet,

let, und vorzüglich fetten und trägen Leuten dienlich ist: daß die Bewegung am Abend, weil zur Zeit der Dämmerung die Luft kälter und unreiner wird, von schwächlichen Personen mit vieler Vorsicht unternommen werden muß: Daß die Bewegung im Sommer, weil die Schweißlöcher sich weiter öfnen, schneller schwächet, und von Leuten, die mit Flüssen und Kopfschmerzen behaftet oder sonst schwach sind, zumahl bey Sonnenschein zuvermeiden ist: Daß die Bewegung im Winter, wann man den Körper wohl mit Kleidern verwahret hat, sehr zuträglich ist, im entgegengesetzten Falle aber Flüsse, Fieber, Seitenstechen und andere Uebel nach sich ziehet: Daß die Bewegung im Frühling und im Herbst in unreinen Körpern einen Ausbruch von Geschwüren erreget, weil das scharfe Serum, welches im Winter verborgen bleibt, durch die Bewegung in die äusseren Theile getrieben wird: Daß die Bewegung vor dem Essen Appetit erweckt, die überflüßigen Säfte zerstreuet, die Absonderungen durch die Haut und Nieren befördert, und es nothwendiger macht den Nahrungssaft zuersetzen; wir bemerken aber, daß einige Zwischenzeit zwischen

dieser måsigen Bewegung und dem Essen nöthig ist, damit sich der Kőrper zuvor erholen kőnne: Daß die Bewegung nach dem Essen, weil sie die Wärme und die Lebensgeister von dem Magen gegen die äusseren Theile hintreibt, nicht allein die Verdauung hindert, sondern auch den noch rohen Nahrungssaft zu früh in das Geblüte bringt; (Gelehrte, welche aus Furcht vor der Hypochondrie, eine unzeitige Bewegung nach der Mahlzeit vornehmen, werden gemeiniglich mit Krätze und Abscessen heimgesucht:) Daß eine ungewohnte Bewegung als in einem Wagen, in einer Sänfte, in einem Schiffe, Eckel und Erbrechen verursacht, und die Verdauung stőhret, so lange man derselben nicht gewohnt ist. Ueberhaupt kann man noch anmerken, daß Leute, die sich an Leibesbewegungen gewőhnt haben, wenn sie gleich alt und mürbe sind, dieselben besser vertragen kőnnen, als junge und robuste Leute, die von denselben nicht vielen Gebrauch gemacht haben. *)

So

*) Bis hieher geht die Arbeit meines verewigten Freundes, dessen Krankheit und Ende in periodischen Werken sowohl von mir, als auch einem Anonymen

So heilsam eine mäßige Bewegung ist, so schädlich ist auch eine, welche die Gränzen der Mäßigung übertritt. Bey einer unmäßigen Bewegung verlieren unsre Säfte ihre gallertähnliche balsamische Beschaffenheit, die in ihnen enthaltenen Salze schliessen sich auf, und der Körper geräth in eine Geneigtheit zur Fäulniß. Unter allen Säften verdirbt unter solchen Umständen die Galle am geschwindesten. Auch entführt der bey heftiger Bewegung entstehende Schweis den dünnern Theil der Säfte, der dickere bleibt zurück und verdichtet sich noch mehr, daher entstehen Anhäufungen, Stockungen, Fieber. Und was die festen Theile betrift, so nehmen sie gleichfalls bey übermäßiger Bewegung Schaden, indem sich ihre kleinsten Gefässe verstopfen und nach und nach verhärten, folglich den Eintritt des hohen Alters,



men angezeigt worden, und wovon auch um deswillen hier zu reden der Ort nicht ist, weil ich mir nicht kann zumuthen lassen, eine noch nicht bey mir vernarbte Wunde aufzureissen, um die Neugier von einigen Lesern dieses Buches zu befriedigen. W.

welches in einer Steifigkeit der Fasern des ganzen Körpers besteht, beschleunigen. Daher sagt Boerhaave mit Recht, daß ein Leben aus lauter Handarbeit bestehend, die Muskeln beynahe ganz in Sehnen, die Sehnen in Knorpel, und diese in Knochen verwandle. Und ein sehr wahres Wort ist das Sprüchwort: eine einzige in übermäßiger Bewegung verlebte Stunde sey so gefährlich, als die wütendste Pest.

Derbe, muskulose und phlegmatische Körper vertragen die Bewegung besser, als weiche, magere, und zu traurigen Leidenschaften geneigte Subjecte. Nichts davon zu sagen, daß Blutspeiende, Steinkranke, Gebrochene, Wassersüchtige, Schwindsüchtige, und Frauen die einen Vorfall der Mutter haben, wie auch alle, denen der After gerne vorfällt, sich vor starken Bewegungen zu hüten haben. Solche bekommen leichtlich davon das Blutharnen, und Lendenwehe, Podagristen aber beschleunigen dadurch die Recidive ihres Uebels, und verstärken die Paroxysmen desselben. Stillesitzenden schadet auch eine während dem Wehen des Windes unternommene Bewegung, weil der

Wind

Wind die Sanctorianische Ausdünstung zu hinterhalten pflegt.

Folgende Behutsamkeitsregeln, bey einer nicht wohl vermeidlichen starken und übermäsigen Bewegung, verdienen, auswendig gelernt zu werden. Erstlich, man esse nicht sogleich und viel auf eine Bewegung, sondern nur wenig und etwas leichtverdauliches. Dies letztere dient zur Erholung, jenes aber oder das Gegentheil zur grossen Beschwerung des Körpers. Man bade und schwimme zweitens nicht sogleich nach einer solchen Bewegung, trinke drittens nicht kalt darauf und vermeide die Zugluft. Viertens enthalte man sich des Beyschlafes, bis man durch Ruhe vollkommen wieder zu Kräften gelangt ist. Weit eher ist noch fünftens unter solchen Umständen der Gebrauch von Thee, Punsch, lauen, wohlverdaulichen Speisen, und nach dem Genusse derselben der Schlaf anzurathen, welches alles zusammen den erlittenen Verlust an Kräften innerhalb zwölf Stunden ersetzen kann. Auch Weingeist ist, mäsig genommen, nicht ganz übel, weil er dem übermäsigen Schwitzen Einhalt thut.

Bewegung und Ruhe müssen gehörig abwechseln, wenn nicht beyde dem Körper schädlich werden sollen. Auch Nichtärzte begreifen, daß der Körper durch allzuviel Ruhe unfähiger zur Bewegung wird, und zu Krankheiten aus der Classe der Verstopfungen und Anhäufungen den Grund legt, auch ungelenk zu werden pflegt, und was Mangel an Ruhe thut, ist aus der Betrachtung des vorigen leicht zu ermessen.

In Ansehung des Verbrauches und der Anwendung der Kräfte des Geistes haben wir folgendes anzumerken. Erstlich vermehrt eine mäßige Beschäftigung der Seelenkräfte die Bewegung des Gehirns und Absonderung des Nervensaftes, und dabey kann durch die Thätigkeit der Sinnen und Bewegungswerkzeuge ein grosser Theil des letztern ohne Schaden weggehen. Allzu viel Nervensaft wird aber zweytens bey übermäßigen Anstrengungen des Geistes verschwendet, und dadurch werden die übrigen Säfte des Körpers dicke und die festen Theile erschlappen. Drittens schadet eine mit Vergnügen unternommene Beschäftigung der Seelen-

lenkräfte nicht so sehr, als das Gegentheil davon, weil der Verlust an Nervensaft in jenem Falle geschwinder wiederum ersetzt wird, und daher erklärt sich auch, warum Newton und Malebranche, ihrer vielen und andaurenden Anstrengungen ohnerachtet ein hohes und gesundes Alter erreicht haben. Der Körper nimmt Antheil an dem Vergnügen des Geistes, wenn letzter sich mit gutem Erfolge mit wissenschaftlichen Gegenständen beschäftigt.

Unter die freiwilligen Bewegungen ist das Gähnen und Strecken, das Gehen, das Laufen, das Tanzen und Schwimmen zu rechnen. Das Gähnen hilft der Bewegung des Blutes durch die Lunge, das Strecken dem Fortlaufe desselben in den Gliedmassen. Wenn das Gehen oder Spazieren der Gesundheit dienen soll, muß es in freier Luft, an heitern Orten, die mäßig von der Sonne beschienen sind, und in freiem Felde geschehen, und auf einem langen Wege. Schlechter aber ist ein Spaziergang auf der Gasse, und in einem kurzen Wege, den man oft hin und wieder gehen muß, als welcher mehr ermüdet als erquickt. Gelehrte und

und Schwachfüßige müssen sich mit Vorsicht des Spazierengehens bedienen. Laufen im Uebermaasse thut allen Schaden einer übertriebenen Bewegung. Man hüte sich vor dem Berganlaufen und Laufen wider den Wind, jenes ermüdet am meisten, dies giebt zu hitzigen Brustkrankheiten Anlas. Der Kreislauf macht Schwindel, Augenwehe und Brustbeschwerden, und das stärkste Pferd kann ihn nicht ununterbrochen über eine halbe Stunde fortsetzen. Mäßiges Tanzen ist bey nicht ermüdetem Körper nützlich des Abends, und das mehr, als am Vormittage, rasendes Tanzen aber ist so schädlich, als eine jede andre übertriebene Bewegung. Manches Dämchen hat sich schon durch Walzen eine Schwindsucht einige den Schlagfluß und andre tödliche Blutstürzungen zugezogen. Unsre Urschrift lobt sich den Menuet und die Angloise, wenn sie so getanzt wird, daß man mehr dabey geht als hüpft. Valentin bemerkte schon, daß vieles Tanzen zum Podagra Gelegenheit gebe, und gleich auf das Aderlassen Tanzen, hat oft nicht zustillende Blutflüsse nach sich gezogen. Schwimmen ist nützlicher des Abends als des

Mor=

Morgens. Wer nicht schwimmen kann, thut wohl, das weiland von Cheyne mit Recht gelobte Eintauchen in kaltes Wasser, wenn man nicht erhitzt ist, in den wärmern Jahrszeiten vorzunehmen.

Leibesübungen, welche, wenn man das rechte Maas nicht überschreitet, der Brust dienlich sind, sind das Vorlesen, das Declamiren, das Singen, und Lachen. Das letztere muß man so wenig, als möglich, unterdrücken, weil Blutspeien davon entstehen kann, so wie im Gegentheil diejenigen, welche dem Blutspeien bereits unterworfen sind, wohlthun, so wie die Schwindsüchtigen, sich nebst den Schwangern des lauten Lachens ganz zu enthalten.

Dinge, die durch ihren Eindruck von aussen den Körper in Bewegung setzen, sind, das Frottiren, das Fahren und der Gebrauch der Sänfte, Lustfahrten auf dem Wasser und das Reiten. Alle diese Dinge haben, in gehörigem Maasse angewendet, den Nutzen einer mäßigen Bewegung überhaupt, und schaden durch Uebermaaß wie jede Bewegung mit dispropor-

proportionirter und andaurender Anstrengung. Matte und Entkräftete werden oft durch ein vorsichtig und stufenweise verstärktes Frottiren mit wohl durchräuchertem Flanell über alle Erwartung zu Kräften gebracht. Der Gebrauch der Sänfte und das Schauckeln sind zwey übereinkommende Bewegungsarten, die etwas stärker, als das Frottiren, wirken. Kutschenfahren und Schiffen dient Vormittags mehr, als in andern Zeiten. Leute von sitzender Lebensart müssen sich zur Bewegung ihre Zeiten, wie zum Essen und Schlafen, halten. Müssiggänger thun wohl, wenn sie mehr gehen, als sitzen.

# Eilfter Abschnitt.

## Vom Schlaf und Wachen.

Keine grössere Thorheit giebt es nicht, als sich so an das Wachen gewöhnen wollen, daß man des Schlafes entbehren zu können glaubt. Boerhaave sagt, der Schaden, den seine Freunde sich damit zuzogen, habe ihn klug gemacht. (So wie Tissot und Zimmermann es durch ihren

ihren eigenen wurden.) Es giebt, ausser Debauchen, kein Mittel sich geschwinder vor der Zeit alt zu machen, als die Entziehung der Nachtruhe. Wie und warum der Schlaf ein Ersetzungsmittel verlorner Kräfte und Säfte ist, muß man sich bey den Physiologen erkundigen.

Wenn man sich beym Erwachen an Leib und Seele munter und gestärkt fühlt, ist es ein Beweis, daß im Schlafen unser Leib durch die Sanctorianische Ausdünstung wenigstens um drey Pfunde leichter geworden, daß unsre Absonderungen und Ausleerungen fehler frey sind, und unsere Säfte zwischen zu dick und zu dünne die rechte Mittelstrasse halten.

Schlafen, ohne zu träumen, ist gesünder, als das Gegentheil: denn in jenem Falle ist der Kreislauf der Säfte ruhiger, die Verdauung und Assimilation des nährenden Saftes stärker, die Ausdünstung reichlicher. Hingegen verhält sich das bey Träumen, zumal wenn heftige und unangenehme Leidenschaften, wie Furcht, Schrecken, Traurigkeit, sie verursachen, ganz anders.

De

De Gorter behauptet gegen Sanctorius, daß man im Schlafe, nemlich in nicht warmen Climaten kaum ein Pfund an Gewichte verliere, im Schweiße und Schlafe zugleich aber eine weit grössere Quantität, obschon in diesem Falle die Empfindung einer Gewichtabnahm nicht so groß, als in jenem ist. Noguez macht aber hierüber die sehr gegründete Anmerkung, daß der Durchmesser aller Ausdünstungsgefässe zusammengerechnet, ungleich grösser sey, als der von den Gefässen, durch welche der Schweis abgeht, folglich lasse sich die Ausleerung durch letztere nicht der von jenen gleich achten, zumal, wenn man bedenkt, daß wenn die Ausführungsgefässe des Schweises anschwellen, die von der Ausdünstung dadurch zusammengedrückt werden, und folglich ihrer Verrichtung weniger obliegen können. Hierdurch wird Sanctorius gegen den ehmaligen Professor in Harderwyk gerechtfertigt.

Wie lange darf man, ohne der Gesundheit zu schaden, schlafen? Diese Frage ist von jeher verschieden beantwortet worden, und kann es auch, ihres relativen Inhalts wegen, nicht anders.

ders. Acht Stunden von vier und zwanzigen zu schlafen mag den meisten Gesunden nicht zu viel seyn. Auch die neunte Stunde mag noch hingehen. Allein über neun Stunden zu schlafen, misbilligen wir mit Johann von Beverwyk, und weniger als sechs mit Johann Daniel Horst, einem ehemaligen verdienstvollen Giessenschen Lehrer. Caspar Hofmann, der Anbeter Galens und Feind von Paracelsus, stimmt auf sechs, und Gui Patin mit Kaiser August auf sieben Stunden. Tacitus sagt, unsre alten Vorfahren hätten mit Anbruch der Nacht bis weit in den Tag hineingeschlafen. (Das konnten sie wohl, weil sie weniger, als ihre Nachkommen, sich zu beschäftigen hatten.) Uebrigens bestimmt individuelle Beschaffenheit und Aufmerksamkeit auf sich selbst einem jeden am besten, wie kurz oder lang er schlafen darf.

Unserer Urschrift zufolge dürfen Leute länger schlafen, die einen grossen dicken Kopf und enge Gefässe haben, minder lang die, deren Kopf und Gefässe eine gegentheilige Bildung besitzen. Aristoteles sah nemlich bereits ein,

daß in geräumigen Köpfen, und wegen der grössern Dehnbarkeit der Hirngefässe, mehr Blut ins Gehirn kömmt, und dadurch dergleichen Subjecte geneigter zum Schlafen macht, da hingegen bey denen von andrer Beschaffenheit das Einströmen des Blutes ins Gehirne weit sparsamer zu erfolgen pflegt. Fette Leute müssen nicht zu lange schlafen, weil durch zu langen Schlaf ihre Fettigkeit immermehr zunimmt. Trocknere Leibesbeschaffenheit und gespanntere Fasern bedürfen weit mehr eines langen Schlafes zu ihrer Erholung, da hingegen feuchtes Temperament und schlaffe Fasern, nöthig machen, sich eines kürzern Schlafes zu bedienen, damit der Körper nicht mit zähen Säften überhäuft und noch mehr erschlappt wird. Doch da Leute von dieser letztern Beschaffenheit langsam verdauen, dürfen sie den Schlaf auch nicht zu sehr abkürzen. Cholerische dürfen, nach Gui Patin lang, und nach Plempius aufs Essen schlafen, plethorische müssen reichlich schlafen, weil sie auch reichlich essen und trinken, Melancholische hingegen können, weil sie, sparsam essen und sich ihre Nahrung langsam im Körper austheilt, eines allzu-

allzulangen Schlafes am füglichsten entbehren.

Kinder, zumal Säuglinge, bedürfen unter allen eines langen Schlafes am meisten, so daß sie von vier und zwanzig Stunden sechzehn verschlafen dürfen. Dieser lange Schlaf ist ihnen zum Wachsthum des Körpers so nöthig, als eine oft jedoch jedesmal nur sparsam dargereichte Nahrung. Das Knabenalter hingegen erlaubt schon, am Schlaf ziemlich abzubrechen, und ein Erwachsener kann und darf noch weniger schlafen, weil auch der kürzeste Schlaf schon hinreicht, jeden Verlust in der thierischen Haushaltung zu ersetzen. Wenn aber das mittlere Alter anfängt, nach und nach den Uebergang in das hohe Alter zu machen, so muß, weil die Verdauung und Nutrition langsamer von statten geht, der Schlaf wiederum verlängert werden. Am längsten aber müssen, nach Galen, die saftlosen und entkräfteten Greise schlafen, damit dadurch der Abgang an Säften und Kräften verhältnismäßig ersetzt wird. Denn überhaupt bekömmt da der Schlaf am besten wo die Verdauung und Nutrition

sehr langsam geschieht. Daher dürfen Greise auch bey Tage schlafen.

Ausser dem Temperament und Alter ist bey der diätetischen Regulirung des Schlafes noch auf die Lebensart zu sehen. Erwachsene die eine für den Körper sehr geschäftige Art zu leben haben, verdauen bey einem tiefen Schlafe am besten, ersetzen sehr geschwind, was der Körper verloren hat, und, wie Galen sagt, verbessern sie auch im Schlafe sogar den Schaden einer schlimmen Nahrung. Grosse Anstrengungen des Geistes und eine Lebensart, wobey die Leidenschaften heftiger und anhaltender in Bewegung sind, entkräften mehr, als die härteste Handarbeit, und, weil da immer ein Stimulus vorhanden ist, welcher dem Hange zu schlafen entgegenarbeitet, so schlafen dergleichen Personen schwerer ein, und ist ihnen nachtheilig bald geweckt zu werden. Dies geht auch die Gelehrten an, die durch Wissenschaft sowohl als auch Fleiß diesen Ehrennamen verdienen. Hingegen Müßiggänger an Leib und Seele leiden zu wenig Verlust an den Kräften beyder, um viel Nahrung und Schlaf nöthig

zu haben, und würden ihrer Gesundheit am besten rathen, wenn sie sich gebrauchen liessen, die Strassen und Spaziergänge zufegen.

Noch andre Umstände sind bey der Betrachtung des Schlafes nicht zu übersehen. Der Genuß leichtverdaulicher Speisen und Getränke fodert keinen gar zu langen Schlaf, hingegen dicke und zähe Nahrungsmittel, die ohnehin schläfrig zu machen pflegen, verlangen, daß man ziemlich lang nach ihrem Genusse schläft, damit sie genugsam verdaut und assimilirt werden können. Nach einer erlittenen großen Ausleerung, oder auch nach einem ritterlichen Schmause hat man gleichfalls einen langen Schlaf nöthig. Ebenfalls ist langer Schlaf nöthiger im Winter und Sommer, als im Frühlinge und Herbst, weil in diesen beyden Jahrszeiten der Körper mehr an guten Säften zusetzen muß, die eine Wiederherstellung fodern. Doch ist da der Unterschied zu machen, daß man im Winter länger zur Nachtzeit und im Sommer länger des Nachmittages zu schlafen hat.

Die Transpiration ist sparsamer in Sommernächten, reichlicher in Winternächten, wegen sorgfältiger Bedeckung des Körpers. Daher hält Sanctorius den Winterschlaf für nützlicher. Auch dünstet der Körper in Sommer mehr den Tag über aus.

Der Morgenschlaf veranlaßt, nach vollbrachter Verdauung, die reichlichste Transpiration, so daß Sanctorius fand, daß alsdenn in einer Stunde ein ganzes Pfund wegdünstet. So lang aber die Verdauung noch vor sich gehet, ist die Transpiration so sparsam, als langsam. Daher verbietet auch Sanctorius unter solchen Umständen alle Speisen und Arzneien, welche die Transpiration vermindern. De Gorter aber schränkt dies Verbot dahin ein, daß man sich in diesem Falle der schweistreibenden Mittel gar wohl bedienen dürfe, daß zweitens gelinde Abführungsmittel auch der Transpiration nicht sehr hinderlich, folglich ohne Anstand zugebrauchen seyen, und daß man drittens mit nöthiger Klugheit gegebene starke Abführungsmittel nicht zu scheuen habe, weil sie die Transpiration aufhalten, denn in Körpern

von schlechten Säften sey die Reinigung der ersten Wege meistens nöthiger, als die ununterbrochene Ausdünstung.

Ist es gut, sogleich aufs Essen zu schlafen? Wir antworten mit Sanctorius, daß es am besten sey, nach Verhältniß der genossenen Mahlzeit, ohngefähr vier Stunden oder etwas weniger nach jener sich zur Ruhe zu begeben, weil alsdenn der Körper nicht so sehr mit der ersten Verdauung beschäftigt ist. Und was den Nachmittagsschlaf betrift, so muß man zwar der Gewohnheit hierinn etwas einräumen, als welche auch grosse Diätfehler unschädlich zu machen pflegt, inzwischen ist doch auch folgendes dabey zu bemerken. Schwächliche Leute, bey welchen durch ein langes Verweilen der Nahrungsmittel in den ersten Wegen eine Corruption entstehen könnte, haben nach der Mahlzeit eine gemäßigte Bewegung nöthig, und müssen also nicht gleich nach dem Essen schlafen, wenn sich auch eine Neigung zum Schlafen findet, weil dadurch ihr schlapper Körper noch schlapper würde, und sich zähe Säfte anhäufen könnten. Lebhafte hingegen dürfen, da die

Nahrungsmittel bey ihnen allzugeschwind aus den ersten Wegen hinausgehen, sich, auch wenn sie keine Neigung dazu spüren, nach dem Essen einen kurzen Schlaf oder Ruhe verstatten, zumal wenn sie vor der Mahlzeit ziemliche Leibesübung gehabt haben. Ueberhaupt, sagt, Boerhaave, nutzt der Schlaf denen, die zum Wachen geneigt sind, und schadet denen, die vor andern grosse Neigung zum Schlafen haben. Trocknern Subjecten, zumal Greisen und Schwachen, dient es, im Sommer bey Tage zu schlafen, auch Celsus räth, in langen Tagen sich des Mittagschlafes zu bedienen, und dies mehr vor, wo nicht nach der Mahlzeit. Riolan aber lehrt, daß Greisen es diene, gleich nach dem Mittagessen ihre Sieste zu halten.

Ein unruhiger Schlaf, welcher meist ein Gefärthe von Nachbleibseln einer Krankheit, oder auch ein Vorbote neuer Krankheiten ist, und einen Theil der gewohnten Transpiration zurückhält, schadet, theils weil dabey den Organen der Sinne und Bewegung die Ruhe entzogen ist, theils weil er die Erzeugung von

Lebens-

Lebensgeistern und guten Säften hindert, wie auch durch ihn der Ersatz des verlornen unterbleibt. Geht letzter nicht in den folgenden Tagen vor sich, so steht ein Fieber oder irgend eine andre Krankheit bevor, und wenn nach einem solchen unruhigen Schlafe die fleischichten Theile kalt werden, und sich ein kleines Fieber einstellt, so ist bey Schwachen der Tod, bey Starken eine langwierige Krankheit zu fürchten.

Stöhrer des Schlafes sind: erstlich Leidenschaften, zweitens in den ersten Wegen verderbende Speisen, drittens eine unvorsichtig im Schlaf an bedeckte Theile gelassene, die Transpiration zurückhaltende und scharfmachende Kälte, wie auch viertens die Aenderung des gewohnten Bettes, oder ein Hinundherwälzen auf dem gewöhnlichen Lager.

Ein übermäßig langer Schlaf wird nach und nach schädlich, und so nachtheilig, wie langes Wachen. Denn beym Wachen verfliegen die dünnern Säfte, und die dichtern concentriren sich. Jenes verfliegen läßt zwar im

Schlafe nach, und die verdichteten Säfte fangen, wegen der minder schnellen Bewegung und grösserm Nachlaß der festen Theile, an wieder dünner zu werden. Allein um dieser letztern Umstände willen, muß, wenn sie lange dauren, wie Sanctorius sagt, eine Trägheit im Kreislauf entstehen, und eine neue Verdichtung der Säfte folgen, und die verursacht so gut Stockungen, als eine lang andaurende heftige Bewegung. Von da kommen die Anhäufungen im Kopfe, die Verstopfungen in den kleinsten Gefässen, die Anlage zu Schlagflüssen, die fetten Leuten so gemein ist, wenn sie übermäßig lange schlafen. Uberhaupt ist die Regel: daß der Schlaf nicht nützt, als wo man der Coction bedarf, und bey Mangel an Lebensgeistern. Denn der Schlaf ist ein Stillstand der freiwilligen Bewegungen, deren Organe, die durch Friction und Uebung matt geworden sind, sich durch ihn neue Kräfte zusammeln haben, indem zugleich ersetzt wird, was wegen des Wachens abgängig wurde.

Schwache Leute sündigen sehr gegen sich selbst, wenn sie die Ordnung der Natur umkehren,

kehren, und des Nachts wachen und bey Tage schlafen. Wachenden ist zu ihren Geschäften das Tageslicht über alles dienlich, da hingegen Schlafenden die Stille der Nacht und das Aufhören der Geschäfte lärmender Art zuträglich seyn muß. Schwachen ist überhaupt die Abendluft schädlich, um so mehr an heissen Sommerabenden, wo die den Tag durch aufgestiegenen schädlichen Dünste bey nunmehr kühlewerdender Luft auf uns zurückfallen. Daher schadet ein Trunkenbold, wenn er zeitlich zu Bette gehet, seiner Gesundheit weit weniger, als ein wachender Nüchterner, der tief in die Nacht hineinstudirt. Auch thun Schwache wohl kurz nach Untergang der Sonne zu Bette zu gehen, und sich dadurch vor den schlimmen Eindrücken der Abendluft zu verwahren. Zudem, da ausgemacht ist, daß sich der Körper in wenigen Stunden Schlaf vor Mitternacht schneller und besser erholt, als in einer doppelten Zeit nach derselben.

Ein altes Sprüchwort nennt die Morgenröthe die Freundin der Musen, weil um ihre Zeit sich Leib und Seele nach genossenem guten

Schlaf

Schlaf am besten befinden. Nach dem Essen ist man weniger zum Denken aufgelegt. Daher haben schwächliche Gelehrte sich vor Arbeiten nach dem Nachtessen in Acht zu nehmen, und thun besser, früh aufzustehen, und nach einem leichten Frühstücke ihre Geschäfte fast bis Mittags zu besorgen. Hierauf eine Stunde an eine mäßige Leibesübung zu wenden, nach einer kurzen Ruhe zu Mittage zu speisen, und nach dieser Zeit nicht wieder alsogleich dem Pulte zuzueilen, sondern sich eine angenehme Zerstreuung zu machen, wie auch endlich keine zu starke Abendmahlzeit zu halten, oder, wenn sie es thun, nicht gleich darauf schlafen zu gehen. Auch dienen sich Schwächliche sehr wohl vor Schlafengehen mit einem Trunke frischen Wassers, oder einem bischen spanischen Weins mit dreimal so viel Wasser, oder mit etwas warmer Molke. Durch das Aufstehen zu rechter Zeit verhindert man, daß die Wärme und Weichheit des Bettes den Körper nicht allzusehr schlapp macht. Nach dem Aufstehen ist es gut, frische Luft zu geniessen, zumal die aufgehende Sonne den Geist erheitert, und dem Körper neues Leben einflößt.

Zu dem, was schon gelegenheitlich vom Wachen gesagt werden mußte, ist noch folgendes hinzuzuthun. Beym Wachen geht der Kreislauf stärker gegen die Gliedmassen, schwächer aber im Schlafe. Die Extremitäten sind in jenem Falle gespannter, in diesem schlaffer, und dort ist die Materie minder, hier mehr zur Ausdünstung vorbereitet. Allzuvieles Wachen verzehrt die Lebensgeister, reibt die Grundtheilchen der Nerven gleichsam ab, stört die Verdauung und Nutrition, welche vorzüglich im Schlafe vor sich gehen soll, und erweckt eine Unruhe, um welcher willen endlich derjenige, der viel gewacht hat, nicht schlafen kann, wenn er auch noch so träge ist. Boerhaave bemerkte von einem unter beständiger Meditation fortgesetzten Wachen am Ende Schlaflosigkeit mit heftigen, kaum den besten Genesmitteln weichenden, Schmerzen.

Zwischen ungewohntem und anhaltendem Wachen findet ein wesentlicher Unterschied statt. Jenes ist, wobey dem gewohnten Schlaf mehrere Stunden entzogen werden, dieses aber ein fortgesetztes ungewohntes Wachen, wobey

mehrere

mehrere Nächte ohne Schlaf zugebracht werden, und, nach Sanctorius, sowohl das Gewicht des Körpers, als auch sein Gefühl von Schwere zunimmt. Der Arzt scheint bey dieser Behauptung auf die zähere Beschaffenheit der zugleich in den Körper kommenden Nahrung zu sehen. Sehr richtig ist auch seine Bemerkung, daß, wenn man das Glück hat, nach einem unmäßigen Wachen, einen rechten Schlaf von sieben Stunden zu bekommen, dieser Schlaf, mehr als ein andrer siebenstündiger, die Transpiration, bis auf ein Pfund ohngefähr, reichlicher bewirket.

Wir schliessen, nach Anleitung der Urschrift, diesen Abschnitt mit einigen diätetischen Regeln das Schlafen betreffend. Es ist, um eine gleichförmige Circulation zu unterhalten, besser sich auf die Seite zu legen, und die Glieder dabey gebogen und zusammengelegt zu halten, auch mit dem Haupt höher, als mit den Füssen, zu liegen. Denn ein so abhängiges Lager ist nöthig, damit das Blut von den Gliedmassen leichter zum Herzen zurückfliessen kann, wie solches auch ausser dem Schlaf durch den lebhaf-

lebhaftern Trieb des Schlagaderblutes und der Muskelbewegung geschieht. Da aber diese im Schlaf, insofern sie nemlich zu den freiwilligen Bewegungen zu rechnen ist, ganz aufhört, und jener schwächer ist, so würden, wenn man nicht durch die erwähnte abhängige Lage zu Hülfe käme, durch den erschwerten Rückflus des Blutaderblutes zweierley Ungemächlichkeiten entstehen, nemlich serose Anhäufung, uud Verminderung der Reitzbarkeit. Denn bekannt ist, daß in hitzigen Krankheiten es ein Zeichen von Erschöpfung der Kräfte ist, wenn ein Kranker beständig auf dem Rücken liegt, weil nur die Muskeln seinen Körper nicht mehr tragen können.

Uebrigens darf man aber auch im Schlafe mit dem Kopfe nicht zu tief liegen, weil sonst der Rücklauf des Blutes aus demselben weit langsamer vor sich geht, und durch den Druck der vollgepfropften Gefäse des Gehirns auf letzteres, Schwindel, Zittern, Geschwulst des Gesichtes, dämisches Wesen, der sogenannte Alp und andre Uebel zu folgen pflegen. Das Hochliegen mit dem Kopfe hat, wenn es gehörig geschicht, den grossen Vortheil, daß man min-

minder lange schläft, und mit mehr Munterkeit erwacht. Hauptsächlich aber haben sich die Freunde nächtlicher Trinkgelage vor einem allzutiefen liegen mit dem Kopf in Acht zu nehmen, weil ihnen deswegen der Harn langsamer in die Blase geht, und die schon erwähnte Congestionen nach dem Haupte oft eine Lähmung, eine Gehirnwassersucht, eine Schlafsucht, ja, nach Richard Lower's Beobachtung, einen Schlagfluß verursachen. Letzter räth daher den Trinkern, sich nicht eher zu Bette zu begeben, als bis sie recht reichlich geharnet haben, und, damit sie dis geschwinder und besser thun können, mit Vorsichtigkeit sich nach und nach zu entkleiden.

Noch müssen wir anführen, wie nachtheilig es sey, auf dem Rücken zu liegen. Bey einem aufrechten Menschen ruht die Last des Gehirns auf dem kleinen Gehirne, vielleicht auch wird sie von der harten Hirnhaut schwebend erhalten, und die seitwärts hinlaufenden Blutbehälter sind abhängiger und zu beyden Seiten schräg, ehe sie sich in die Drosselader endigen und ausleeren. Wenn man mit dem Halse höher, als

mit

mit dem Kopfe liegt, taugt es nicht auf dem Rücken zu liegen, weil alsdenn das Blut, statt in die Drosseladern hinabzufliessen, vielmehr aufwärts nach denselben hinaufsteigen müßte. Daher wird durch die langsamere Bewegung das Blut angehäuft, und beschwerlich, drückt auf die Gefässe, dehnet sie nach und nach aus, ja frißt sie an, stockt und reitzt die Nerven des verlängerten Hirnmarkes, woher denn der Wasserkopf, die Schlafsucht, die Lähmungen und andre Uebel entstehen.

Die Deckbetten müssen nicht zu dünn und nicht zu dicke seyn. Federdecken taugen mehr im Winter, Matrazen mehr im Sommer, wer aber an jene gewöhnt ist, kann sich davon nicht schnell ohne Schaden entwöhnen. Schwache müssen insonderheit im Winter ziemlich dicke Decken haben, Robuste im Sommer ziemlich dünne, aber auch die Robustesten können im heissesten Sommer nicht nackt schlafen, ohne sich Schaden zu thun.

Soll ein Schlafzimmer gesund seyn, so muß es Raum, Luft und Sonne haben, und

nicht, wie gewöhnlich, ein enger, schattichter Schlupfwinkel seyn, worinn die eingeschlossene und durch Ausdünstungen in kurzem verderbte Luft, verfault und schwerer einzuathmen ist. Auch soll ein Schlafzimmer nicht zu heiß seyn, denn dadurch werden die Sinne stumpf und das Athemholen sehr schwer, auch nicht zu feucht, denn solch ein Zimmer bereitet zur Schlafsucht vor, und muß öfter durch angezündetes Rauchwerk gereinigt werden.

# Zwölfter Abschnitt.

## Von den Leidenschaften. *)

Alles, was von Kenntniß der Leidenschaften, als Krankheitsursachen und als Genesmittel, und als eine diätetische Grundsätzen unterworfene Sache, dem Arzte zu wissen unentbehrlich

*) Der abgekürzte Vortrag, in diesem Kapitel ergänzt sich durch das, was wir im Tissotischen Werke von den Nerven in Anmerkungen, wie auch im encyklopädischen Handbuche für ausübende Aerzte in vielen dahin einschlagenden Rubriken beygebracht haben.

entbehrlich ist, reducirt sich auf folgende Lehren. Da die Nerven gleichsam die Mediatoren sind, durch welche die körperlichen Eindrücke der Seele und die entgegengesetzten dem Körper überliefert werden, so wird das eine und andre leiden müssen, wenn die Nerven leiden und ganz aufhören, wenn die Nerven zerstört sind. Die Nerven verrichten aber ihr Geschäfte vermittelst einer äusserst feinen flüchtigen Materie, von einigen die Lebensgeister, von andern Nervensaft genannt, ohne daß jede Parthie sich etwas hierunter mit Deutlichkeit und Gewisheit zu denken im Stande wäre, und die als Hypothese eine Lücke büssen muß, zu deren Ausfüllung vielleicht in dieser Welt nie Anstalt wird getroffen werden. Diese feine Materie, die auch wir der Bequemlichkeit im Schreiben wegen den Nervensaft nennen wollen, wird sowohl im Leibes = als Seelendienste der Nerven bald da bald dorthin determinirt und verbraucht. Sondert sich aber im Gehirne, als ihrem Absonderungsorgan, von ihr nichts mehr zu fernerem Verbrauche ab, so entstehen Schlagflüsse, wobey die Function der Seele völlig aufhört, und wenn diesem Nervensafte Hinder-

 nisse

nisse, sich nach den zu freiwilliger Bewegung nöthigen Theilen determiniren zu lassen, gelegt werden, entsteht aus diesem versagten Einflusse desselben die Paralysis oder Lähmung, das Wort im Sinne der Aerzte genommen. Mehrmals ist es schon gesagt worden, und wird auch nur von Strohköpfen bezweifelt und bestritten, daß angestrengtes Nachdenken ungleich mehr Nervensaft und Kräfte verzehret, als die allerstärkste Handarbeit, und daher der Holzhacker ein Thor aller Thoren ist, welcher seine Axt mit einem Buche zu vertauschen wünscht, und einen Gelehrten für glücklicher hält, als sich selbst.

Wenn sich, wie in dieser Materie überhaupt anzumerken ist, das Gemüth ruhig, träge, oder übermäßig erweckt findet, so wird sich in Ansehung der Bewegung im Körper die Sache eben so verhalten. Daher preißt man nicht ohne Grund die epicuräische Seelenruhe als ein Erhaltungsmittel der Gesundheit, wie auch als ein Vorbauungsmittel gegen Krankheiten, und eine Hülfe die unvermeidlichen leichter zu ertragen. Auch irren sich diejenigen Pathologen nicht,

nicht, welche in einem trägen Gemüthe, wenn, mit Horaz zu reden, die Leute ein Eselein vorstellen, das den Spleen hat, *) die Grundursache von chronischen Krankheiten suchen, und im Gegentheil in einer Gemüthsverfassung, wie die beym Virgilianischen Dorfbrümmel **) die Quelle von hitzigen Krankheiten zu entdecken glauben. Denn dergleichen Gemüthsverfassungen machen nicht allein die Anlage zu dergleichen Uebeln aus, sondern erwecken und unterhalten sie auch. Daher hat man in Ansehung seiner Gemüthsbewegungen, wenn man gesund bleiben wie auch seine Kranken gesund machen will, sich das Amt eines Piloten nicht



*) Iniquae mentis asellus. HOR.

**) --- omni cura uires exercet, et inter
Dura iacet pernix instrato saxa cubili,
Frondibus hirsutis et carice pastus acuta:
Et tentat sese, atque irasci in cornua discit
Arboris obnixus trunco: uentosque lacessit
Ictibus, et sparsa ad pugnam proludit arena.
VIRG. Georgic. L. III. 291. seqq.

verdriessen zu lassen, und träge Gemüther zu ermuntern, damit nicht über der trägen Seele der Körper zugleich verderbe, so auch allzu heftige Temperamente zu mäßigen, damit der Exceß ihrer Leidenschaften dem Körper nicht zum Ruin gereiche.

Wenn die Leidenschaften einen unkörperlichen Ursprung haben, kann die Arzneikunde nichts zu ihrer Heilung thun, sondern muß die Kranken in die Quacksalberbude der Moralisten schicken. Aber wenn eine physische Ursache zu ihrer Erweckung und Unterhaltung beyträgt, muß hinwieder die Cur nicht an der Seele sondern zuerst am Körper angebracht werden.

Die Nerven werden bey verschiedenen Leidenschaften, wie man aus Erfahrung weiß, in einen verschiedenen Zustand gesetzt: in einen wird ihre Thätigkeit überspannt, in andern völlig unterdrückt, und beydes nicht ohne grossen Nachtheil der Gesundheit. So finden wir daß bey Freude, Herzhaftigkeit, Eifer das Herz und die Schlagadern und Muskeln, wegen der ihnen von den Nerven mitgetheilten Anstrengung, die Säfte schneller bearbeiten, fortschaffen und reichlicher im Körper vertheilen, bey

Furcht

Furcht, Schrecken, Schaam, Kleinmuth aber die genannten Theile des Körpers träge in ihren Functionen werden, die Säfte sich verdichten, stocken, und die Absonderungen, so wie auch die Ausdünstung, sehr zu leiden haben.

Wir sehen, daß die Thiere gesünder sind, als die Menschen, weil sie weniger heftige Leidenschaften haben. Immer schaden, wie schon gelegenheitlich angedeutet worden, heftige Bewegungen des Gemüthes mehr, als heftige Bewegungen des Körpers, denn bey diesen leiden die Bewegungsnerven allein, bey jenen das ganze Nervensystem, diese bereiten die Säfte vor, daß aus ihnen zur Zeit der Ruhe neuer Nervensaft geschaffen werden kann, jene aber verzehren den Nervensaft, ohne eine Reparatur desselben zu bewirken, diese können unterbrochen werden, jene lassen sich nicht einmal durch den Schlaf unterbrechen. Daher lehrt auch Sanctorius daß wenn der Körper ruhet, zugleich aber eine Gemüthsbewegung vorhanden ist, er stärker ausdünste und an Gewichte verliere, als im umgekehrten Falle, und, obschon es de Gorter nicht ganz will gelten lassen,

so ist doch auch eine andre Sanctorianische Behauptung richtig, daß nemlich ein beunruhigter Körper, der seine Unruhe der Seele mitgetheilt hat, weit leichter, als die Seele, wiederum zu beruhigen sey. Denn die Erfahrung lehrt, daß zumal Fehler der Coction, woraus am Ende Kacherien entstehen, ihren Ursprung von rastlos fortdaurenden Leidenschaften zu nehmen pflegen.

Ueber den Einfluß anhaltender Anstrengungen des Geistes, die man nicht unschicklich ein mit Leidenschaften betriebenes Studiren nennen könnte, haben wir schon gelegenheitlich einiges angebracht. Mehr davon zu sagen überhebt uns Tissot, Zimmermann, Rahn und Ackermann, nebst Unzer im Arzte der Mühe, da ihre Schriften, worinnen sie dieser Sache gedenken, beinah in jedermanns Händen sind.

So ist auch von dem Einflusse der Einbildungskraft nur weniges anzubringen. Die Wirkungen derselben auf die Gesundheit verhalten sich, wie die Stärke des Eindrucks, durch den sie gereitzt worden, und diese ist nach Verschiedenheit der Subjecte verschieden. Bey manchen ist sie so wenig reitzbar, daß nichts Eindruck

auf

auf sie zu machen scheint, bey andern so flüchtig, daß nie ein andaurender Eindruck darinne statt findet, wiederum bey andern schneller und zugleich tiefer Eindrücke fähig. In letzterem Falle erhält der Nervensaft durch sie oft die sonderbarsten Determinationen. Unsere Urschrift erläutert dis mit Beyspielen. So sah der italiänische Arzt Lanzoni bey manchen einen Schmerz im Arm oder Fuß entstehen, wenn sie Zuschauer einer Aderlässe an diesen Theilen des Körpers waren, und der deutsche Arzt **Wagner**, von dem sich viele Beobachtungen in den Ephemeriden der kaiserlichen Akademie der Naturforscher befinden, sah bey manchen Geschwülste an denjenigen Stellen des Leibes enrstehen, wo man sie andern öfnen gesehen hatte, und Timäus von Güldenklee bekam selbst den halbseitigen Kopfschmerz, als er bey einigen Kranken Untersuchungen über denselben anstellte. Mehr hieher gehörige Beyspiele sammelten Zimmermann, Tissot und Gaubius. *)



*) Jener nemlich im klassischen Werke von der Erfarung und in der Schrift von der Einsamkeit, dieser im Werke von den Nerven, und letzter in den

Die schnelle Freude, welche die Griechen Pericharia nennen, die Fröhlichkeit, Heiterkeit, Vergnügen und Gemüthsberuhigung sind Leidenschaften und Gemüthszustände, die nur dem Grade nach verschieden sind, und man betrachtet sie als Gemüthsbewegungen die vor andern heilsam sind, weil sie die Thätigkeit der Nerven verstärken, den Einfluß des Nervensaftes vermehren, den Kreislauf der Säfte lebhafter machen, und zu einer bessern Bearbeitung von letztern ungemein vieles beitragen. Die Absonderungen gehen mit Hülfe dieser Eigenschaften des Gemüths besser von statten, es werden reichlichere und bessere Säfte bereitet, die Assimilation des Guten und Ausführung des Schlechten und Ueberflüßigen kömmt leichter zu Stande, und sonderheitlich wird die Sanctorianische Ausdünstung dabey leichter, und dem Körper das Gefühl von Schwere benommen. Zu solchen

den Orationen de regimine mentis quod medicorum est, wo noch andre in gegenwärtiges Kapitel gehörige Gegenstände ungemein schön illustrirt werden. Auch gehören hieher, so man will, einige von den Compilationen des bekannten Schurig, und die Schriftsteller im dämonologischen Fache.

chen angenehmen Empfindungen wird der Körper vorbereitet durch jede Ausleerung, die mit Erleichterung erfolgt, insonderheit durch die mit Zunahm der Kräfte verbundene Transpiration, wie auch durch alles, was ein Hülfsmittel der Coction abgiebt, wie alle leichtverdauliche, eröfnende und wohl transpirirende Nahrungsmittel, die um deswillen in der Schulsprache der Aerzte freudebringend (laetificantia) genannt werden. Auch gehört hieher eine reine, trockene, heitere Luft. Zudem ist eine mit andern gemässigten Leidenschaften vermischte Freude gesünder, als eine unvermischte. Eine unmässige und allzulange daurende hingegen treibt nicht blos das Ueberflüssige sondern auch das nöthige aus dem Körper, und erschöpft mehr, als unsre Natur ersetzen kann, daher entspringt von ihr Entkräftung, Schwerfälligkeit in den Sinnen, und gestörter Schlaf. Daher verbeut Sanctorius den Gewinnsüchtigen zu spielen, auch wenn sie glücklich spielen, weil ihnen das Vergnügen am Gewinn schlaflose Nächte machen, und allzuviel gute Säfte durch die Transpiration entführen würde. Auch schadet eine unvermuthete plötzliche Freude, wegen der zu schnellen Vermehrung

mehrung der Bewegungen im Körper und der allzuverstärkten Function der Nerven: denn unter solchen Umständen werden die Säfte mit grosser Gefahr in den Gefässen umgetrieben, und diese oft bis zum Plazen ausgedehnt. Daher sah auf schnelle Freude de Gorter ein Blutspeien, und Fernel in schwachen Greisen sogar einen plötzlichen Tod erfolgen. Wenn man aber zur Freude vorbereitet ist, so wird auch der Körper nach und nach fähiger, ihren Eindruck zuertragen.

Die Traurigkeit, als der Gegensatz von Freude, schwächt die Kraft und Function der Nerven, verzögert die Bewegung der feinern und gröbern Säfte, erschlappt die festen Theile, verdickt die flüßigen, schwächt Coction und Absonderungen, und hält excrementitielle Dinge im Körper zurück und verderbt sie, macht auch die Transpiration langsamer, und vermehrt dadurch die Schwere des Körpers nach Gewicht und Gefühl. Aus der Blässe des Angesichts der Traurigen, und ihrem schwachen Pulse kann man die Langsamkeit des Kreislaufes ihrer Säfte, so wie aus dem übeln Geruch ihres

Schweis=

Schweisses und Harns das Verderbniß der im Körper zurückbleibenden Feuchtigkeiten erkennen, und ihre Beängstigungen und Geschwülste unter den kurzen Rippen deuten an, daß in den schwachen und hart ausgedehnten Gefässen sich Anhäufungen und Stockungen zäher Säfte befinden. Daher sinkt bey andaurender Traurigkeit nach und nach die Eßlust, und die Verdauung, und es stellen sich Fieber, vornehmlich Quartanfieber ein, wie auch Wassersuchten, Steine, Skirrhen in den Eingeweiden vorzüglich im Gekröse, der Leber und Milz, bey Säugenden unterbleibt die Milch, bey andern Weibspersonen die monatliche Reinigung, und es entstehen kalte nicht selten tödliche Schweisse. Rivinus, welcher selbst eine Pestepidemie in Leipzig überstand, merkte an, daß die Traurigen am ersten angesteckt wurden, und andre gute Beobachter sahen von Traurigkeit Aufblähungen, stumpfen Verstand und Urtheilskraft, wie auch eine solche Trägheit des Körpers entstehen, daß derselbe von der geringsten Bewegung äusserst ermüdet wurde. Mehr noch schadet die Traurigkeit, zur Zeit des Schlafengehens, weil da die schlaffern festen Theile

ohne=

ohnehin die flüßigen langsamer umtreiben, und die gehemmte Transpiration, wie Sanctorius lehrt, finden läßt, daß unter solchen Umständen der Körper des andern Tages schwerer ist. Auch Gesunde bekommen eine Anlage zur Traurigkeit, und ihren verschiedenen Modificationen, durch gehinderte Ausdünstung, durch Aufenthalt in einer unreinen dumpfichten Luft, und durch Speisen, die die Säfte des Körpers dicke machen, und häufige Blähungen veranlassen. Eine sehr lang anhaltende Traurigkeit geht endlich in Schwermuth über.

Da die Furcht eben so mit der Traurigkeit, wie die Hofnung mit der Freude, in Verbindung steht, so läßt sich aus dem bisherigen ihr Nutzen und Schaden von selbst bestimmen.

Eine andre sehr betrachtungswürdige, und gleichfalls in mehrere Grade abzutheilende Leidenschaft ist der Schrecken. Weit geschwinder als die Traurigkeit figirt er die feuchten Theile des Körpers, schwächt die Bewegungen von Säften und Geistern, und den Tonus der festen

sten Theile. Die daher entstehenden Uebel sind bekanntlich Zittern, welches in sehr bedenkliche Krämpfe übergeht, Ohnmachten, Herzklopfen, schwacher Puls, Blässe und Kälte der Gliedmassen, und Stockungen des Blutes in den grössern Gefässen, wie auch Milchknoten bey Säugenden, gänzliches Verschwinden auch der zuvor groß gewesenen Eßlust, Blähungen in den geschwächten ersten Wegen, Verderbniß der sich verschiedentlich anhäufenden Säfte, Zurückbleiben von schädlichen Dingen, und eine sehr grosse Fähigkeit von irgend einer Seuche angesteckt zu werden. Gaubius und andre führen bey ihnen selbst nachzulesende Beyspiele an daß der Schrecken das Podagra, die Gicht, das Quartanfieber, die Wasserscheu, Brüche, und nicht zu stillende Blutflüsse geheilt habe. Allein es ist leicht begreiflich, wie zweydeutig ein solches Genesmittel ist, und daß es die Ursache des Uebels nicht hebt, sondern nur die Wirkung derselben hemmt, folglich mit vieler Vorsicht in der Praxis anzuwenden ist.

Der Zorn ist eine heftige Traurigkeit, die aus dem Gefühl einer erlittenen Beleidigung und

und damit verbundenen Rachsucht entsteht. Es ist also bey dieser gemischten Leidenschaft, wie unsre Urschrift sehr richtig sagt, darauf Achtung zu geben, ob in ihr die Traurigkeit oder die Rachsucht das stärkere Gefühl ausmache. Ist jenes, so wird alles erfolgen, was die Würkung von Betrübnis ist, nur ungleich schneller; ist aber dieses, und verbindet sich mit der Rachsucht die Hofnung, sich wirklich rächen zu können, so nimmt im Gegentheil die Kraft des Herzens und der Schlagadern ausserordentlich zu, die Säfte gerathen in Wallung, alle Absonderungen und der Kreislauf beschleunigt sich erstaunend, das Gesicht wird roth, die Augen funkeln, Puls und Athemholen erhebt sich, und nach Gefühl und Gewicht wird, wegen der schnellen und reichlichen Transpiration, der Körper leichter. Selten ist Zorn und Furcht beysammen, mehrentheils aber ist bey jenem die Rachsucht und die Hofnung, sich rächen zu können. Daher sagt Aristoteles sehr sinnreich: ein Zorniger wisse nichts von Furcht, und eine Marketenderin in einer comischen Oper singt eben so richtig:

Wem der Zorn nicht Kräfte giebet,
Wisse, Freund, den macht er schlau.

Ein übermäßiger Zorn ist Phlegmatischen, Paralytischen und Podagristen zuweilen dienlich, weil er ihren trägen Körper belebt und aufmuntert, und man scheint nicht übel für das Wohlergehen solcher Leute züsorgen, wenn man sie zuweilen ärgert. Nur muß die Dosis des Arzneymittels nicht gar zu grob, und oft wiederholt seyn. Heftiger Zorn aber richtet alle den Schaden an, welchen wir oben übermäßigen Leibesübungen zugeschrieben haben. Hauptsächlich weis man, wie sehr derselbe auf die Galle wirkt, sie häufig in den Zwölffingerdarm hineintreibt, wo sie alsdenn verdirbt, und Localkrämpfe und Schmerzen der Nabelgegend, Erbrechen, Blähungen, Bitterkeit im Munde, Beängstigungen unter den kurzen Rippen, und fehlerhaften Stuhlgang verursacht. Noch nehmen seine schädlichen Würckungen überhand, wenn man im Zorne Wein und andre geistige Getränke zu sich nimmt, und sich starke Leibeswegung macht. Daher verbeut Hippokrates den Zornmüthigen die Fechtübungen und den Gebrauch des Frottirens.

Wir wollen nun einiges von der Liebe und ihrem physischen Genusse, welcher den nicht sehr adäquaten Namen des Beyschlafes führt, einschalten. Was der Saame des männlichen Geschlechtes, neben der Fähigkeit, seines gleichen zuzeugen für andre Vortheile in der thierischen Oeconomie gewährt, ist aus physiologischen Schriften bekannt. Die Wichtigkeit einer mit demselben geübten Sparsamkeit, und der manchfaltige Nachtheil, der aus der Verschwendung davon entsteht, ist ein Gegenstand der Diätetik. Allerdings war es nöthig, daß der Urheber der Natur mit einer Vergiessung des Saamens ein Vergnügen nicht gemeiner Art verband, und dadurch den Menschen an die Pflicht sein Geschlecht fortzupflanzen erinnerte, welche Pflicht, wenn dies nicht wäre, der Gelehrte aus Liebe zum Studiren, der Handwerker aus Emsigkeit in seinem Berufe, und der Geitzige aus Geiz beynahe ganz vergessen würde. So war es gleichfalls nöthig, durch den für das weibliche Geschlecht in der Beywohnung befindlichen Reitz, zu machen, daß dasselbe die Beschwerlichkeiten der Entbindung und Auferziehung der Säuglinge ver-

gaß

gaß, und sich den Umarmungen des Mannes nicht, aus Furcht vor diesen Beschwerden, zu entziehen trachtete. Allein fehlerhafte Sitten und Denkart, misbrauchen diese Wohlthat der Natur, lehren das Gefühl dieses Reitzes zur genausten Vereinigung mit dem andern Geschlecht sowohl zufrühzeitig zu erwecken als auch zu überspannen, und veranlassen dadurch den Hang zur Wollust, daß ist, eine über das physische Bedürfnis weit hinausgehende Begierde nach dem Genusse der Annehmlichkeiten, die mit der Beywohnung verbunden sind. Das physische Bedürfniß ist nemlich nur dahin eingeschränkt, daß der Mann sich sehnt, eines Ueberflusses von wohl ausgearbeitetem Saamen entledigt zu werden, und, wenn er diesen Wunsch erreicht hat, zu warten, bis seine unverwöhnte Natur sich abermals im Stande befindet, diese Ausgabe in der thierischen Haushaltung ohne Nachtheil des Ganzen aufs neue zumachen. Und beym Weibe wird das Bedürfniß dieser Art durch die Fähigkeit zur Empfängniß determinirt, und hält inne, sobald gewiß ist, daß diese Absicht erreicht worden. Die Wollüstigen setzen aber diesen Zweck der

Natur aus den Augen, die Fortpflanzung des Geschlechtes ist es nicht, was sie eigentlich suchen, sondern nur die Uebersättigung im Genusse dessen, was mit dem Actus der Fortpflanzung vergesellschaftet ist. Daher suchen sie diesen Actus ohne Maaß und Ziel zuwiederholen, ohne im geringsten Rücksicht auf die Gesundheit dabey zu nehmen.

Unsre Urschrift giebt acht Puncte an, unter welchen der nach den Foderungen des physischen Bedürfnisses, und nicht nach den blinden Trieben der Wollust, regulirte Beyschlaf der Gesundheit nicht nachtheilig ist. Erstlich schadet nemlich ein solcher keinen bereits in die Mannbarkeit vollkommen eingetretenen jungen Leuten, da ihr Körper, seiner Einrichtung nach, den Verlust des Saamens, wenn er nicht in Verschwendung ausartet, sehr wohl ertragen kann. Zweytens ist er robusten Subjecten nicht nachtheilig, weil die dabey nicht mehr verlieren, als sie sich ersetzen können. Drittens haben Leute von munterer Gemüthsart wenig dabey zu leiden, und ihr grösserer Hang dazu zeigt offenbar an, daß die Gränzen ihres Bedürfnisses

nisses hierinn etwas weiter, als bey andern sind. Viertens lernt die Gewohnheit den Beyschlaf so gut ertragen, daß es nachtheiliger wird, wenn man sich desselben enthalten muß, als wenn man sich in Ansehung seiner nicht zu geniren hat. Anders ist es freilich bey denen beschaffen, die ihn noch nie celebrirt haben. Denn bey diesen hat die Enthaltsamkeit äusserst selten üble Folgen, vielmehr dient der durch die lymphatischen rückführenden Adern eingesogene und ins Blut zurückgebrachte Saame zur Vermehrung ihrer Leibesstärke, und Gesundheit. Und was diese Gefässe nicht einsaugen können, treibt die Natur auf eine genug bekannte Weise von selbst aus dem Körper. Sehr selten wird ein enthaltsames Frauenzimmer mit der Hysteromanie befallen, und nur denen pflegt Enthaltsamkeit Unpäßlichkeiten zuzuziehen, die bereits in einer engern Verbindung mit einer Mannsperson gestanden sind. Fünftens erträgt sich auch ein öfterer Beyschlaf sehr gut, wenn man die Person lieb hat, welche dazu verhilft. Denn die mit dem Besitz derselben verbundene Freude macht die Nerven und Muskelfasern lebhafter, und der

verlorne Saame wird leichter regenerirt. Sechstens hat die Gesundheit nichts durch den Beyschlaf zu leiden, wenn man ihn früh beym Erwachen vornimmt. Denn da ist der Körper am meisten bey Kräften, hat Ueberfluß an Nervensaft, transpirirt gut, und der bekannte Ruf des Nachtwächters von Ternate dringt am leichtesten zum Gehör. Siebentens muß bey Leistung der ehlichen Pflicht der Magen nicht voll, auch nicht noch zu sehr mit der Verdauung beschäftigt seyn Achtens ist dem Beyschlaf der Frühling günstiger, als eine der übrigen Jahrszeiten, wie schon der medicinische Dilettante Celsus eingesehen hat. Ein Zeichen daß der Beyschlaf, den man gepflogen hat, der Gesundheit nicht schadet, ist wenn der Körper nichts an Gewichte verliert noch bekömmt, wenn man nicht entkräftet ist, wenn man nachher einen gesunden Urin läßt, und in der Sanctorianischen Ausdünstung und andern Functionen der thierischen Haushaltung keine nachtheilige Veränderung bemerkt.

Der Begriff eines unmäßigen Beyschlafes ist etwas relatives, wobey es auf Alter, Gesund-

sundheit, und noch andere aus der Physiologie bekännte Dinge ankömmt. Ein unmäßiger Beyschlaf thut einen siebenfachen Schaden, zumal beym Männlichen Geschlecht: er verzehrt die Lebenswärme, raubt Kräfte und Nervensaft, verderbt die Verdauung und hindert die Assimilation wie auch die Sanctorianische Ausdünstung, schwächt das Gesicht, giebt zu Krankheiten der Leber und Nieren wie auch zur Rückenschwindsucht Gelegenheit und macht, wie jede übertriebene Anstrengung vor der Zeit alt. Besonders schadet er allen schwächlichen Leuten, allen Greisen, allen zu früh damit bekannt werdenden Knaben und Mädchen, ferner magern, hitzigen und trocknen Subjecten, denen, deren Muskeln sich im Stande der Anstrengung befinden, gleich nach dem Essen, oder einer starken Bewegung und endlich im hohen Sommer. Auf einen ungesunden Beyschlaf ist man entkräftet, schläft unruhig, und transpirirt schlecht. Wer sich durch diese Ausschweifung verdorben hat, muß wenige und leichtverdauliche der Transpiration nicht hinderliche Speise geniessen, sich den Leib durch gelinde Mittel öfnen, wenn Ver-

stopfung zugegen ist, und auch solange dem andern Geschlechte nicht zu nahe kommen, bis er sich völlig erholt hat. Der unmässige Beyschlaf zieht bey dem weiblichen Geschlechte bald Reitzlosigkeit der Zeugungsorgane, bald übermässigen Blutfluß aus denselben, bald Entzündung des Uterus, und jezuweilen schleunigen Tod nach sich.

Mittel wider die Geilheit sind, ein thätiges und strenges Leben, schmale Kost, Vermeidung des Anblicks von Gegenständen die zur Liebe reizen, wohin nicht allein appetitliche Frauenzimmer, und junge Herren, sondern auch Malereyen, Bildsäulen, Kupferstiche Romane und erotische Gedichte gehören, der Gebrauch kältender Dinge, wie auch solcher, die austrocknen und mager machen. Auf die Bändigung der Liebe durch Hunger hält unsre Urschrift nichts, und das Combabisiren erklärt sie für einen frommen Aberglauben.

Noch sind ein Paar Worte von der medicinischen Direction der Leidenschaften überhaupt zu sprechen.

Was

Was gegen den Hang zur Wollust vorgeschrieben worden, kann auf gewisse Weise auch Präservativ gegen andre unbändige Leidenschaften seyn. Erziehung muß aber hierinnen noch noch mehr thun, und war diese schlecht und nachlässig, so hat es Folgen auf das ganze Leben. Man mache bey Zeiten die Tugend in ihrer Liebenswürdigkeit und das Laster in seiner Scheuslichkeit bekannt, man verderbe den Körper der Kinder nicht durch erhizende Speisen und Getränke, durch Naschwerk, und unterdrücke so viel möglich jede aufkeimende heftige Leidenschaft, als Zorn, Nachsucht, Haß, Eigenwillen, Unverschämtheit u. s. w. durch strenge Zucht, wie schon Jesus der Sohn Sirachs, gelehrt hat. Palliative gegen schon herrschend gewordene Leidenschaften sind, die Entziehung der Gegenstände, welche die Leidenschaft rege machen, die Erweckung entgegengesezter Leidenschaften, die Fixirung des Nachdenkens auf Gegenstände, die von der herrschenden Leidenschaft abziehen, die Musik, die Beförderung der Sanctorianischen Ausdünstung, und endlich ein kluger Gebrauch von Arzneyen. Ueber alle das mehr zu sagen, überhebt uns

der Mühe, Herrn Leibarzt Weikard's bekannte Schrift: der philosophische Arzt und der ihr angehangene Entwurf einer philosophischen Arzneykunde.

# Dreyzehnter Abschnitt.

## Von Dingen, die äusserlich an den Körper gebracht werden.

Unter diesen nehmen diejenigen den ersten Platz ein, welche zum Schutz gegen widrige Eindrücke von aussen, oder zur Reinigung und Abwaschung des Körpers der Gesundheit wegen dienen, und womit wir uns gegen jede andere äusserliche Gewalt so viel möglich zu vertheidigen pflegen.

Dahin gehören nun erstlich die Decken oder Bedeckungen, womit man die Blöse des Körpers vornemlich gegen die äussere auf ihn eindringende Wirkung der Witterung schützt. Die Natur, welche den übrigen Thieren haarichte und weiche, zum Theil auch harte (z. B.

dem

dem Krebs, der Auster u. s. w.) verlieh, überließ dem Menschen hierinn die Freyheit, unter mehrern nach Verschiedenheit der Jahrszeiten auszusuchen, und zu wählen, was ihm für sein Bedürfniß am angemessensten dünkt. Doch von diesem den Menschen vorzugsweise ertheilten Naturgeschenk, pflegten sie, die zu jeder Zeit in ihrer Lebensart auf Irrthümer verfielen, einen zweckwidrigen Gebrauch zu machen. *) Denn sie bedurften hier nicht sowohl einer äusserlichen Zierde, als vielmehr einer Schutzwehr des Körpers, gegen die für ihre Gesundheit in einem rauhern Himmelsstrich zu befürchtende Anfälle der Witterung. Die neugebohrnen verwahren wir durch Binden; doch allzufest zusammengezogen hindern sie die ersten Versuche der thierischen Bewegung, verderben verschiedene Functionen der Theile, z. B. der Ohren, und hemmen das Wachs-

*) Der Luxus that nemlich zu dem, was blos Bedürfniß war, von jeher manches entbehrliche hinzu, und endlich solche Dinge, die dem diätetischen Zwecke nichts weniger als angemessen sind. W.

Wachsthum des zarten Körpers nicht wenig.*) Die Knaben bedürfen zu einer freyern Bewegung weit weniger einer sie zu sehr einschränkenden äusserlichen Gewalt, indem man sie billig mit Vorsicht an die Abwechslung der Witterung gewöhnt. Daher werden die Söhne der Bauern robuster, die sich in schlechter Kleidung unter freyem Himmel aufhalten. Man pflegte sie vor Zeiten nackend auf besondern Plätzen in Kampfspielen zu üben, wovon man auch nicht einmal die Mädchen ausschlos. So lesen wir beym Cäsar daß die kleinen Knaben der alten Deutschen sich an Beschwerlichkeiten und Leibesstärke gewöhnten. In diesem Alter muß jede Kleidung gemächlich seyn, damit der Körper

*) Der Gebrauch der Wickelbinden ist nicht völlig so entbehrlich, als ihn unsre neumodischen Erzieher abschildern, aber auch nicht vollkommen so nöthig, als ihn der altväterische Schlendrian glaubt. So lange die Nabelschnur nicht geheilt ist, muß sie verbunden werden, und in eben der Zeit die übrigen Glieder mit der im Texte vorgeschriebenen Vorsicht einzuwickeln ist allerdings nicht undienlich. Aber das Einwickeln längere Zeit fortzusetzen ist Misbrauch. W.

Körper zunehmen kann. Diejenigen also fehlen sehr, welche aus Furcht übelgestaltet zu erscheinen, die Brust durch Schnürbrüste zusammenpressen; vielmehr haben die jungen Leute aus der unter dem Wahn: die Kleidung müsse knapp anliegen, erhaltenen eingebildeten Schönheit Nachtheile zu befürchten; denn es ist gemeiniglich am Ende des Wachsthums häufiges Blutspeien die Folge davon. Bey den Mädchen hält aber hier allezeit im Anfang der Fluß der monathlichen Reinigung schwerer, und Schwangere bewerkstelligen dadurch häufig eine Abtreibung ihrer Leibesfrucht.

Nach Beschaffenheit der verschiedenen Jahrszeiten, wo bald die Kälte brennt, bald die Hitze, bedienen wir uns des Winters dickerer und festerer, des Sommers dünnerer und leichterer Kleidung, wobey man aber die Vorsicht gebrauchen muß, daß man stufenweise von einer Gattung zur andern schreitet, und nicht leicht eher als den Monat vor der Sommer Sonnenwende die Winterkleider ablegt, weil nach dem Urtheil des Sydenham mehrere durch die schnelle Abwechslung der Kälte mit

der

der Wärme, als durch Pest, Hunger und Schwerd umkommen. Der Tadel des Cheyne ist also ungegründet, welcher behauptet, daß die Teutschen die Winterkleider zu früh anziehen und erst im hohen Frühling ablegen. Er glaubt, man müsse dieses Verhalten Säufern anrathen, damit sie besser schwitzen, nicht aber nüchternen Leuten, welchen er, damit sie sich an die Verschiedenheit der Luft gewöhnen, Sommer und Winter leichte Kleidung anräth. Er hält es für ausgemacht, daß aufeinander gehäufte und schwere Kleider den Einfluß der äussern Luft zu sehr hemme, zu viele Ausdünstung verursache, und die Fasern schwäche, und die Kräften erschöpfe. Wir leugnen auch nicht was Keil anmerkt, daß viele und schwere Kleider die Transpiration allzu sehr betreiben, die hierdurch schlaff gemachte und abgezehrte Fasern der Gefässe ihre Spannung verlieren, und eine Entkräftung entstehe. Daß je stärker und fähiger zum Zusammenziehen die Oefnungen der ausdünstenden Gefäße sind, desto gesünder es sey, und diese Uebel nicht erfolgen. Aber dies hebt den weit augenscheinlichern Nachtheil einer dünnen Hülle, welche den Anfällen der Luft

und die Witterung nicht trotzen kann, nicht auf, welche besonders schwächliche Personen befürchten müssen, wie Sydenham klar beweiset, und aus den zu früh abgelegten Winterkleidern mehrere Fieber herleitet. Ja Sanctorius sagt, wir werden im Herbst von keiner Krankheit geplagt werden, wenn uns die eintretende Kälte in der Kleidung wohl verwahrt antrift, wenn wir sie aber zu früh und gleich zu Anfang des Frühlings abgelegt haben, so verkündigt er uns im Sommer Fieber, und in der Folge im Winter Flüße, wenn wir sie zu spät im Herbst mit andern verwechseln. Es sind der That nur wenige so glücklich, welche mit Vorsicht und stufenweise an eine harte und abwechselnde Lebensart so gewöhnt sind daß sie diese Gesundheitsregeln vernachläßigen können.

Es dürfen nicht alle Theile mit gleicher Sorgfalt bedeckt werden. Dem Haupt ist eine leichte Decke genug; ja vielleicht nur die, welche ihm die Natur gab. Celsus setzte den Nutzen des kalten Wassers für das Haupt über alles. Wenigstens ist ein zu sehr bedecktes

Haupt

Haupt beständig krank, und wird bey jeder rauhen Luft durch Flüße und Schmerzen geplagt. Doch muß man in Ansehung dieser verkehrten Gewohnheit bey Alten nichts, und bey andern behutsam und nach und nach ändern. Mit mehr Sorgfalt muß man die Füße verwahren damit die Wärme, die äussern Theile, wo der Umlauf der Säfte langsamer ist, genug beschütze, und eine Stockung verhindere. Vormals hatte man vor blosen Füßen eine ungemeine Ehrfurcht uud Hochachtung, aber diese werden sich nur durch beständige Bewegung gegen die nachtheilige Folgen auf die Gesundheit in Sicherheit setzen.

Es ist auch unter dem Stoff zur Kleidung ein Unterschied zu machen, wenn man seinen Einfluß auf die Gesundheit in Erwägung zieht. Die Egyptischen Priester kleideten sich nur in Leinewand, sie verschmähten Wolle und Felle, weil etwa Unreinigkeiten von öfters kranken Thieren daran hängen blieben. Aber Gott selbst hat ja den ersten Menschen Felle gegeben, so dürfen sich andere derselben wohl der Gesundheit halber bedienen. Wenn man auf die

die Wolle Verdacht hat, daß sie von einem räudigen Schlaf seyn möchte, so wird er nach Abwaschung derselben in einer Lauge kaum stattfinden können. Doch die Hemden von Wolle schafte man allmählig ab, weil durch das Reiben und Erwärmen des Körpers eine unreine Feuchtigkeit entsteht. Ein anhaltender Schweis ist der Harnruhr gleich; und die schädliche Folge ist, daß die Hautgefäße zu sehr erweicht und zerrieben werden. Doch halten einige die carmosinfarbene Wolle für die Brust dienlich. Ganz frische Leinwand, auf den Körper oder aufs Bett gedeckt, soll öfters in bösartigen Krankheiten, wie die Pest ist, üble Folgen nach sich gezogen haben, welches wohl der Seife und Lauge zuzuschreiben ist, und nicht, weil eine ansteckende Krankheit sich leichter durch Leinwand als durch Wolle fortpflanzt. Weder seiden, noch baumwollen, noch ein anderes Zeug ist bey gehörigem nnd vorsichtigem Gebrauch zu verwerfen. Aus sehr gerechter Furcht pflegt man zur Zeit der Pest die unreinen Kleider und Waaren, die aus einem angesteckten Ort herbeygebracht werden zu verbrennen. Auch ist der Gebrauch der nach-

gelaßenen Kleidungsstücke von Podagrischen und Schwindsüchtigen so sicher nicht, und es erbten solche Krankheiten diejenige, die vorher nichts davon verspürten. Auch sind die Kleider nicht wohl mit starkriechenden Wassern zu bespritzen, denn man trift öfters Leute in Gesellschaften an, welche bey dem Geruch derselben in Ohnmacht fallen. Dieses haben sich besonders die Aerzte zu merken, welche häufig mit schwächlichen und spasmodischen Zufällen unterworfenen Personen umgehen müssen. *)

Unter denjenigen Dingen, welche vorzüglich zur Reinigung und Abwaschung der Haut, und zur Eröfnung der Transpirations-Weege angewandt werden, stehen die Bäder oben an, welche nicht allein bey Heilung sondern auch bey Verhütung der Krankheiten von großer Wichtig-

*) Unsre Urschrift sagt kein Wort von den Schuhen und ihrer diätetischen Einrichtung. Und da wir bis an diesen Abschnitt hin des Lückenbüssens ziemlich müde geworden sind, sagen wir ebenfalls nichts davon, und verweisen auf die auch durch Uebersetzung ins Deutsche bekannt gewordene Abhandlung des Prof. Camper von dieser Materie. W.

Wichtigkeit sind. Daher war ihr Gebrauch vor Zeiten fast bey allen Völkern, besonders den Egyptiern Griechen und Römern bekannt, deren Hang zum Luxus die prächtige Einrichtung der Bäder entsprach. Unter den Aerzten brachten Asclepiades und Cälius Aurelianus dieses Mittel in großes Ansehen, und wenn gleich in unsern Zeiten der Gebrauch desselben besonders in mitternächtlichen Gegenden etwas abgekommen, und, nachdem die gymnastische Leibesübungen der Alten aufhörten, der reinlichere Gebrauch der leinenen Hemden an die Stelle der wollenen getreten ist, folglich unsere Körper weniger von Schweis und Unrath besudelt werden, und also die Bäder nicht mehr so nöthig sind, so muß man ihnen doch bey einer mäsigen und schicklichen Anwendung noch einen großen und wahren Nutzen einräumen.

Die Bäder sind entweder kalt oder warm, und die letztern werden in Rücksicht des häufigern Gebrauchs erstlich wieder in trockene und feuchte eingetheilt. Die trockenen sind selten von diätetischem Gebrauch, und man pflegt

gemeiniglich bey solchen, die in einer Schwitzstube dämpfen, auch ein äusserliches Waschbad damit zu verbinden. *) Es gab Leute, die um die Krankheitsmaterie hinauszuschaffen, sich in Pferdemist vergruben; andere setzten sich zu diesem Endzweck häufig der Sonne aus, so daß sie ihre Körper sonnten. Dergleichen Mittel sind wenigstens trokenen und erschöpften Körpern schädlich; wenn sie gleich bey stärkern zuweilen unter dem Gebrauch von Getränken die verbessern und ausführen, nützlich sind. Man pflegte auch im Sand und durch Oefen Schweis zu erregen, aber vornemlich gewöhnte man sich an den sogenannten Schwitzkasten, der so eng ist, daß er die warme Luft beysammen erhält, und daß weiter nichts als der Kopf heraussieht; inwendig zündet man weisen Holder = oder Wachholder = oder einen andern ähn-

*) Ueber die Bäder ist auch in Rücksicht auf die Diätetik nachzusehen, was sich in dem dritten Bande des Tissotischen Werkes von den Nerven nach unsrer Uebersetzung, wie auch jedem in dies Fach einschlagenden Artickel unsers encyklopädischen Wörterbuchs für ausübende Aerzte findet. W.

ähnlichen Geist an, aber mit Vorsicht, daß die Flamme nicht zu groß wird und den Körper versengt. Hieraus ist leicht abzusehen, daß dieses Mittel mehr für heftig Kranke gehört, und nicht leicht unter die diätetischen gerechnet wird.

Die warmfeuchte Bäder geschehen durch Hülfe des warmen Wassers, welches durch das Eindringen in den Körper Geschmeidigkeit verursacht, anfeuchtet, das Zähe auflößt, Verstopfung eröfnet, das Scharfe herausspühlt und versüßt, und in vielen Krankheiten von augenscheinlichem Nutzen ist. Vornehmlich erweicht und dehnt es die verhärtete und gespannte äussere Theile des Körpers aus, daher sind die warmen Bäder in Contracturen, Vertrocknung, Erstarrung der Glieder und bey der Unfähigkeit zur Bewegung sehr heilsam, und wenn die Erweichung von unten auf geschieht so befördern sie den Stuhlgang, den Urin, die monatliche Reinigung und die goldene Ader; sie erleichtert auch die Geburt. Je reiner das Wasser ist, desto geschwinder schleicht es in die kleinsten Hautgefäße, durchdringt sie, und

reiniget durch die welche zu der Absonderung und Ausleerung bestimmt sind. Es ist also der Gebrauch derselben erstlich bey Verstopfung, Rauhigkeit der Haut, Spannungen Contracturen, Krämpfen in den festen Theilen und den daraus entspringenden Schmerzen sehr groß. Daher erhellet, warum gallichten, ausgezehrten, melancholischen, hypochondrischen, hysterischen und wahnsinnigen warme Bäder fast am meisten helfen. Zweitens erscheint ihr Nutzen bey scharfen Säften; da dienen sie solchen, welche mit Scorbut, Kräze, mit einer überhaupt verdorbenen Blutmasse, oder der Lustseuche, ja sogar mit der Wasserscheue behaftet sind, indem sie das unreine durch die engen Gänge der Haut wie dnrch ein Sieb auswaschen, uud ausführen, so daß eine beträchtliche Menge dicker und garstiger Theile sich an das Wasser des Bads anhängt. Da der natürliche Tod selbst vornemlich von einer Austrocknung und Steifigkeit der festen, und einer Zähigkeit der flüßigen Theile herkommt, so können ihn bey alten Personen wenn er gleichsam schon über ihnen schwebt, die Bäder durch ihre erweichende und bethauende Kraft zurückhalten, weswegen man

vor Alters glaubte, daß Menschen in die Jugend zurückkehren konnten, und die Bäder der Medea und ähnliche Dinge erdichtet hat.

Diese Bäder sind von doppelter Art, nachdem man sich darein setzt, oder nur den Dampf gebraucht. Das sogenannte Dampfbad besteht aus in Dünsten aufgelößtem Wasser, die unter einer wachstuchenen Decke den Körper auf allen Seiten umgeben, und auf eine wirksame Art durchdringen, verdünnen, und die Stockungen hemmen. Das Eintauchbad geht entweder nur bis an die Beine, da heißt man es ein Fusbad, oder es geht bis an den Nabel, da hat es den Namen Halbbad, oder endlich setzt man sich ganz bis an den Hals in warmes Wasser, daß man nur noch den Kopf heraus streckt. Durch die Wärme wird der Umlauf der Säfte vermehrt, und durch den Druck des Wassers auf die äusserliche Oberfläche des Körpers, die Bewegung derselben gegen die freyere Gefäße des Herzens, der Lunge und des Gehirns gröser. Daher vollblütigen und mit Kopfschmerzen behafteten in einem allzuwarmen Bad das Herz stark schlägt;

sie fühlen Herzensbangigkeit, fallen in Ohnmacht, und haben, wenn ihr Körper mit unreinen Säften erfüllt ist, das Fieber zur Beute davon. Wenn wir aber eine mäsige Wärme und ordentliche Natur voraussetzen, so wirkt die hauterweichende Kraft des Bades an dem Körper eine Geschwulst des ganzen Körpers, daß in die ausgedehnte und von dem äusern Druck befreyten Hautgefässe besonders in einer mäsigen Bettwärme, mehrere Säfte fliessen. Mit Nutzen bedienen sich dieses Bads diejenigen welche vor ihrem Gebrauch die ersten Wege von Unrath säubern, und bey Vollblütigkeit aderlassen. Das Bad selbst muß man des Morgens früh oder Abends, also in einer etwas von der Mahlzeit entfernten Stunde, und zwar nicht zu heiß nehmen; und nach Verlassung desselben und zu sich genommener weniger Brühe, vor allem Zutritt der Kälte verwahrt im Bett eine tüchtige Transpiration erwarten. Mit Recht enthalten sich dessen Personen die schwach, erschlappt, und feuchter Natur sind, bey welchen ohnedem die Spannung der festen Theile nicht gros ist, auch die noch im Wachsthum, geschwollen, zu

Ohn-

Ohnmachten geneigt, und der Trunkenheit und einer unordentlichen Lebensart ergeben sind, oder welche leicht Ekel und Erbrechen bekommen.

Zu diesen Bädern können auch die natürlichen oder mineralischen gerechnet werden, zu deren innerlichem und äusserlichem Gebrauch viele in einem zweifelhaften Gesundheitszustand ihre Zuflucht nehmen. Einige darunter gleichen an Leichtigkeit dem Regenwasser, und führen fast keine mineralischen oder salzigen Theile bey sich. Daher sie sich weder durch eine Metallsolution oder durch einen sauern oder alkalischen Geist trüben, noch von der Galläpfelsolution oder dem Veilchensaft ihre Farbe verändern. Diese Eigenschaft haben die Bäder zu Töplitz, Hirschberg, Schlangenbad und zunächst Wißbaden. Der mineralischen und besonders Eisen- und Salzreichen gibt es eine weit grössere Menge, wie das Carlsbad, Pyrmont, Spaa u. s. w. Diesen setzen wir die Bäder entgegen, welche aus abgekochten und sehr erweichenden Kräutern und Wurzeln zubereitet werden, und nach Beschaffenheit des

Zwecks von verschiedenem medicinischen Nutzen sind. Die aus Milch, Molken, Olivenöl und andern ähnlichen Dingen leisten in Nervenschmerzen, und in dem von scorbutischen Säften herrührendem Jucken sehr wirksame Dienste. Ueberdies pflegt man auch wiewohl selten in einer gänzlichen Erschlaffung der Gliedmasen Bäder von sehr mit Wasser verdünntem Weingeist zu gebrauchen. Ein Bad von einem zerstossenen und mit warmem Wasser abgekochten Ameisenhaufen, worein man sich setzt, wird den vom Schlag gelähmten anempfohlen, der vielen künstlichen z. B. aus Bernstein nicht zu gedenken, welche selten allein zur Verwahrung für Krankheiten gebraucht zu werden pflegen.

Mit den Bädern kommen in der Wirkung zunächst die Ueberschläge und Klystire überein. Nemlich die Ueberschläge sollen einen oder den andern Theil zusammenziehen, stärken, zertheilen, oder auch erweichen und betäuben; die Klystire aber als innerliche Bäder anfeuchten, Oefnung befördern, Blähungen vertreiben, Krämpfe und Schmerzen lindern,

dern, Schärfe måsigen, ja auch nähren, und durch ihren Reiz aus den entferntesten Gegenden z. B. aus dem Kopf die Krankheit verursachende Materie ableiten. Der Nutzen dieser Hülfsmittel ist also entschieden, weswegen man sich ihrer auch zuwellen blos zur Verwahrung des Körpers in die Zukunft bedient, und ihnen långstens unter den Hausmitteln eine Stelle eingeräumt hat.

Auch muß man nicht die kalte Båder vernachlåssigen, deren Gebrauch durch das Urtheil des Alterthums und selbst des Hippokrates wichtig wird. Die Lacedåmonier und die alten Teutschen und Celten tauchten die Körper der Knaben, um sie abzuhårten in kaltes Wasser. So, schreibt Julius Cåsar, die Teutschen waschen sich in den Flüssen, und Herodian setzt hinzu, diese und die Båche wåren die ihnen allein bekannten Båder gewesen, und Mela schreibt ihnen noch eine große Neigung zum Schwimmen und eine anhaltende Unverdrossenheit zu. Conring, da er dieses Umstands bey Gelegenheit des Tacitus gedenkt, urtheilt dabey, sie håtten vielleicht ihre Stårke so gut

dem

dem kalten Wasser, als wie dem warmen ihren schlanken Wuchs zu verdanken gehabt. Cheyne verwirft den Gebrauch der warmen Bäder, und will man soll sich sogar im Winter auch bey Krankheiten in kaltes Wasser tauchen, wovon die vieljährige Erfahrung der neuern Schriftsteller eine heilsame Wirkung verspricht. Daher empfielt sie Hermann von der Heyde den Wasserscheuen, und Franz Fuller lobt ihren häufigen Gebrauch zur Vermehrung der Leibesstärke gar sehr. Flover hält dafür es wären viele dahingestorben, welche durch Hülfe eines solchen Bades erhalten worden wären; ja, seiner Meynung nach, seyen erst von der Zeit an, da man aufgehört hätte, die Kinder bey der Taufe ins Wasser zu tauchen, so viele Personen in England bemerkt worden, welche die englische Krankheit hätten, die das kalte Wasser am besten heilt. Cheyne wundert sich, daß die Eintauchung der Körper in kaltes Wasser, da sie von Gott selbst durch den Moses vorgeschrieben worden, weil sie so heilsam und ein Gesetz eines so großen Gesetzgebers seye, ganz ausser Gewohnheit gekommen ist; indem die Hautgefäße, wenn sie von dem häufigen

Schmutz-

Schmutz gereinigt worden, sich mehr zur Ausdünstung eröfnen, und der Umlauf der Säfte auch in den engsten Gängen unterhalten wird. Es ist auch zu bemerken, daß eine ungesunde Luft in die von der Kälte zusammengezogenen Schweislöcher nicht so leicht eindringen kann. Daher giebt Cheyne allen schwächlichen Personen den Rath, sie sollen an einem bequemen Ort des Hauses ein kaltes Bad erbauen, und sich Sommer und Winter über den andern oder dritten Tag darein setzen, und wo dieses nicht möglich ist, im nächsten dem besten Bach baden, aber nur zu einer solchen Zeit, wo der Magen nicht mit noch unverdauter Speise oder der Körper mit Unrath überladen ist. Man dürfe, sagt er, aus dieser Gewohnheit kein Ungemach befürchten, besonders wenn der Körper bey einem etwas langem Eintauchen nicht erstarrt, und beym Aussteigen aus demselben die Kleidung geschwind angelegt, und der Körper in Bewegung gesetzt, das Haupt aber vor dem hineinsteigen mit Wasser begossen, oder mit einem nassen Schwamm abgewischt wird. Diese Bäder rathet Galen besonders den Schwindsüchtigen an. In der That werden

dieje-

diejenige, welche sichs nach und nach angewöhnen, und mit vorsichtiger Wiederholung nach dem Rath des Alpins stufenweise von der Wärme zu denselben übergehen, am sichersten verfahren. Aber Vallisneri erinnert mit Grund, daß die kalten Wasser der wärmern Gegenden unter solchem Himmelsstrich laulichter sind, und also mit unsern weit kältern und mehr Behutsamkeit erfordernden in Ansehung ihrer gemeinschaftlichen Wirkung verschieden beurtheilt werden müssen, da allerdings bey einem seiner Natur nach warmen Körper der Gebrauch des warmen Wassers weit sicherer ist, als des kalten.

Der äusserliche Gebrauch des Räucherwerks gereicht nicht allein wegen seines angenehmen Geruchs, und weil er eine angesteckte Luft verbessert, zum Vergnügen, sondern ist auch von diätetischem Nutzen. Denn er erwärmt, trocknet, stärkt schwache, feuchte, kalte, zu Flüssen geneigte und mit schleimigter Lunge versehene Körper und zertheilt innerhalb der erschlappten Gefässe die stockenden Feuchtigkeiten. Man pflegt trockne, flüchtige, brennbare Wesen aus Gum-

Gummi und harzartigen balsamischen Pflanzen, wie den Weyrauch, Ladanum, Styrax, arabischen Gummi, Gummi Animä, Mastix u. s. w. aus dem Thierreich Bibergeil, Moschus, aus dem Steinreich Ambra, Bernstein bald in Pulver auf Kohlen zu streuen, daß der Rauch die äussere Oberfläche des Körpers umströmt, bald mittelst eines Kleisters in Küchlein, Kerzlein, Fakeln, und Lichter zu bringen, welche entweder angezündet, oder an einem heissen Ofen gerieben nach Erforderniß entweder zur Heilung oder Verhütung einen Rauch verbreiten. Von vielen wird der Tabaksrauch unter die vorzüglichsten Räucherwerke gegen den Catarrh gerechnet.

Wir schließen auch die wohlriechenden Balsame nicht von dem diätetischen Gebrauch aus, welche vornemlich an die Naslöcher, Schläfe und an die Handwurzel gerieben, stärken und Leute von schwächlicher kalter Natur, ohnmächtige, schwindelsüchtige und zu Lähmungen geneigte durch ihren durchdringenden Geruch erwecken. Ausgepreßtes Muscatnußöhl ist meistentheils der Grund, mit dem man die destil-

lirten

lirten aromatischen Oele, die Essenzen, gummigten, harzigten Extracte und andere wohlriechende Dinge vermischt. Daher giebt es heut zu Tag eine Menge von nerven- und herzstärkenden Balsam, an deren Lieblichkeit sich besonders zärtliche Damen ergötzen. Hierher rechne ich die zum Waschen dienende balsamische Seifen, endlich alle Gattungen von Salben, wodurch der Körper insonderheit nach langer Beschäftigung nach Art der Alten gestärkt und in gehöriger Beugsamkeit erhalten wird. August hatte einen bey sich, welcher dem Honig innerlich — und dem Oel äusserlich gebraucht, sein langes Leben zuschrieb. Am Ende gedenken wir nur noch der wohlriechenden Geister, und der flüchtigen Salze, welche sorgsame und verzärtelte Personen in einem Büchsgen bey sich zu tragen pflegen, damit sie sich und andern, bey einem Anfall von Ohnmacht, oder einem andern Zufall, welchem besonders hysterische Personen ausgesetzt sind, Hülfe verschaffen.

Das Reiben des Körpers mit Bürsten ist von nicht geringem Nutzen, weil es die Fibern

dern reitzbar macht, den Umlauf der Säfte in den äussern Theilen beschleunigt, und die Ausdünstung des Schweißes und andere Absonderungen des Körpers befördert. Ein Pferd fleisig gestriegelt, wird glatt, fleischigt, behend; wo man dieses versäumt, struppicht, mager und träg. Wenigstens werden schwache, vielsitzende, und zu Lähmungen geneigte Personen den unvermeidlichen Mangel gehöriger Ausleerung ersetzen, wenn sie den ganzen Körper, besonders aber die Glieder Morgens und Abends ohngefähr eine kleine halbe Stunde mit dicken oder groben leinenen Tüchern oder einer Bürste ganz roth reiben lassen; vorzüglich, wenn ein Jucken an der Haut verspürt wird. Bey Jungen ist dieses Bürsten nicht so nöthig, wie bey Alten. Wenn sie noch dabey Bewegung haben, so wird solche durchs Reiben um so viel gesünder werden. Alle vierfüßige Thiere, deren Fleisch gespeißt zu werden pflegt, werden gestriegelt eine angenehmer schmeckende und saftigere Nahrung verschaffen.

Müßige und schwache Leute müssen sich öfters die Nägel an Händen und Füßen abschneiden, und den Bart und Haare abscheeren lassen. Das häufige Abschneiden der Haare nutzt den Augen, Ohren, und dem ganzen Kopf, besonders wenn nach dem Rath des Cheyne der letztere täglich mit Wasser abgewaschen wird, worinn man ein wenig Lavendelgeist oder ungarisch Wasser gießt. Ja die gänzliche Abscheerung des Kopfs ist beym Schnuppen, Hauptschmerzen und Augenschwäche ein schleunig wirkendes Hülfsmittel, weil die zurückgehaltenen Dünste einen freyern Ausgang finden. Je öfter man die Haare abschneidet, desto eher wachsen sie wieder, so daß ihre Wirkung der einen beständigen Blase oder Fontenelle ähnlich ist. Man muß denjenigen, welche das Kopfwaschen verbieten, kein Gehör geben, doch kann man es mit warmem Seifenwasser zuweilen verrichten, und durch Hülfe eines Scheermessers die Hautgänge von den Schuppen und dem Unrath reinigen. Von nicht geringerm Nutzen ist das Reiben unten an den Fußsolen, welches aber wegen der

Menge der dort sehr empfidlichen Nerven nicht zu stark geschehen darf. Das beste Zeichen ist, wenn die Füße wohl ausdünsten, und recht warm sind. Wenn sie überdieß alle acht oder vierzehen Tage durch laues Wasser erwärmt, gerieben, und die Nägel beschnitten werden, so werden nicht leicht Hüneraugen entstehen, oder die Nägel in das Fleisch der Zehen einwachsen.

Unter die äusserlichen Dinge, welche die Diät angehen, kann man auch einigermasen das Aderlassen und Schröpfen zehlen. Die Aderlaß ist vorzüglich im Frühling und im Herbst anzurathen, wo die Säfte mehr verändert werden, und zwar des Morgens früh, ehe der Magen mit Speisen erfüllt ist. Die Vollblütigkeit sich selbst überlassen, erzeugt dicke und verdorbene Säfte, öfters auch Blutspeien und Blutharnen, und verlangt besonders bey darau gewöhnten Personen eine zu gewissen Zeiten vorzunehmende Wiederholung der Aderlaß. Junker verlangt die Zeit des abnehmenden Monds, weil da die Natur am

leichtesten Ausleerungen ertragen soll. Sie zieht die ausgespannten Gefäße zusammen, und indem durch sie die verdickende Kraft nachläßt, so stellt sie durch Auflösung der zähen Säfte mit Hülfe der Absonderung und Ausleerung, z. E. der monatlichen Reinigung die Circulation wieder her. Aber bey fetten und müßigen Leuten wird die Vollblütigkeit wegen der verringerten Spannkraft der Gefäße bald erneuert; wenn sie sich durch Bewegung stark angreifen, so drohet ihnen ein hitziges Blut, und Entzündungsfieber, welchen man durch eine Aderlaß vorbaut, weil sie das Reiben und die Hitze vermindert. Den Personen von mittlerm Alter ist das Aderlassen nützlicher als Alten und Kindern, dem Frauenzimmer mehr, als den Mannspersonen, Fressern mehr, als Mäßigen, Starken mehr als die etwas empfindlicher Natur sind. Leute, welchen das Blut häufig in den Kopf oder auf die Brust tritt, dürfen sich davon eine ersprießliche Ableitung versprechen.

Das Schröpfen, welches das Blut und die dünnern Säfte aus den durch kleine Wunden eröfneten Hautgefäßen herauszieht, taugt für schleimigte und saftvolle Personen, und kommt mit den Nadelstichen der Chineser überein. Das scharfe und an den äussern Theilen stockende, aufblähende, wässerigte Geblüt, welches Ausschläge, Krätze, Flüsse, Augenkrankheiten, Kopfschmerzen, Ohrenklingen u. s. w. verursacht, findet gegen diese Uebel am Schröpfen ein vortrefliches Verwahrungsmittel, welches zu gewissen Zeiten an den fleischichten Stellen, den Armen, Schultern, Schenkeln und Waden mit gutem Erfolg vorgenommen wird. Auf die geschröpfte Stellen werden zur Beförderung des Blutens Schröpfköpfe gesetzt, aus welchen man durch Halten über ein angezündetes Licht die Luft treibt. Wenn man sie an Orten setzt, die nicht geschröpft worden sind, so nennt man sie Bintausen; diese ziehen ebenfalls ab. Doch sind die Fontanellen von einer anhaltendern Wirkung, als das Schröpfen.

Zuletzt kommen die Streiche und Schläge *) von welchen bey vielen Krankheiten z. B. der fallenden Sucht, der Wuth, schnellen Anfällen von Schlag, gehandelt wird, aber welchen in einer Abhandlung über die Diät auch eine Stelle vergönnet werden muß. Ihrer bedürfen kalte, träge und schleimigte, übrigens gesunde Personen, welche dadurch eine lebhaftere Circulation und ein besseres davon abhangendes Verdauungs und Absonderungsvermögen erhalten, sie würken wie das Reiben oder die rothmachenden Mittel, ja noch stärker, und verschaffen den innern Theilen mehr Freyheit. Galen verlangte schon vor Zeiten, daß man um das Fleisch aufzurichten, die magern Theile mit Ruthen streichen soll, Hieronymus Mercurialis stimmt ihm bey, so wie bey einer Trägheit in den Liebeswerken Johann Heinrich

*) Davon hat der Verfasser unsrer Urschrift eine ausführliche Abhandlung de medicina plagosa betitelt, geschrieben, wovon wir im Anhang zum dritten Bande des Tissotischen Werkes nach unsrer Uebersetzung einen Auszug geliefert haben. W.

rich Meibom. Blanchel erkennt es für ein Mittel gegen die Unfruchtbarkeit, deswegen hätten auch die römischen Frauenzimmer ihre rechte Hände und den Rücken an den Festen des Pans zur Geiselung dargereicht. In der That ist für langsame und träge Seelen eine zur Zeit angebrachte Züchtigung durch Geiselung und Ruthenstreiche nicht allein zu ihrer Erweckung dienlich, sondern trägt auch zur Gesundheit bey.

E n d e.

Bayerische
Staatsbibliothek
MÜNCHEN

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Richter, Georg Gottlob,

Lebensordnung für Gesunde und Kranke

Heidelberg und Leipzig 1786

Path. 1359 d
urn:nbn:de:bvb:12-bsb10475388-8
VD18 11679867